



DET TEOLOGISKE
MENIGHETSAKULTET

Hvilken betydning har fokus på en åndelig dimensjon for mennesker som går inn i en prosess med AAs tolvtrinnsprogram, sett i lys av metodistisk helliggjørelseslære?

Steinar Hjerpseth

Veileder

Professor Gunnar Heiene

Masteroppgaven er gjennomført som ledd i utdanningen ved

Det teologiske Menighetsfakultet og er godkjent som del av denne utdanningen

Det teologiske menighetsfakultet, 2012, høst

AVH5010: Masteravhandling (60 ECTS)

Master i Teologi

Innholdsfortegnelse:

1.INNLEDNING	s.4
1.1 Motivasjon og bakgrunn for oppgaven.	s.4
1.2 Tema	s.5
1.3 Problemstilling	s.6
1.4 Materiale og metode	s.7
2.ANONYME ALKOHOLIKERE. DERES HISTORIE OG TOLVTRINNSPROGRAM	s.8
2.1 Historie.	s.8
2.2 Tolvtrinnsprogrammet	s.11
2.3 Oppsummering	s.23
3.MENNESKESYN I RUSBEHANDLING GENERELT	s.24
3.1 Ethiske problemstillinger ved rusmisbruk	s.24
3.2 Behandlingsmetoder i dag	s.30
3.3 Åndelig dimensjon i rusbehandling	s.32
3.4 Oppsummering	s.34
4.INTERVJUER	s.36
4.1.-4.5 Intervjuer	s.37
4.6. Drøftelse	s.44
4.7. Oppsummering	s.49
5. METODISTKIRKENS HELLIGGJØRELSESLÆRE	s.50
5.1 Beskrivelse av helliggjørelseslæren	s.50
5.2 Metodistkirkens sosiale prinsipper	s.55
5.3 Oppsummering	s.57
6. DRØFTELSE	s.58
6.1 John Wesleys varme hjerte	s.58
6.2 Kristne grunntrekk ved tolvtrinnsprogrammet	s.59
6.3 Helhetssyn på livet	s.61
6.4 Av bare nåde	s.63

6.5 Egne gjerninger	s.64
6.6 Livslang prosess	s.67
6.7 Respons på Guds nåde	s.68
6.8 Lærdom i kirken	s.70
6.9 Oppsummering	s.72
7. KONKLUSJONER. UTBLIKK	s.74
7.1 Konklusjoner	s.74
7.2 Utblikk	s.78
LITTERATURLISTE	s.80

1 INNLEDNING

I innledningskapitlet vil jeg forsøke å gjøre rede for hvorfor jeg har valgt akkurat denne oppgaven. Jeg vil redegjøre for hva som er mitt tema og hvilke problemstillinger som jeg ønsker å fokusere på. Jeg vil også klargjøre hvilke typer materiale og hvilke metoder jeg gjør meg bruk av i oppgaven. Overskriftene i første kapittel er følgende:

1.1 Motivasjon og bakgrunn for oppgaven.

Bakgrunnen for at jeg har valgt å skrive denne oppgaven er mitt møte med mennesker som har funnet hjelp til å mestre livet gjennom Anonyme Alkoholikers tolvtrinnsprogram. I Metodistkirken i Norge har vi et prosjekt som kalles Treffpunkt Recovery. Ut fra dette arrangerer vi det som kalles: «Sinnsrogudstjenester». Dette er gudstjenester som er spesielt lagt opp med tanke på å møte mennesker som sliter med livet sitt på grunn av ulike former for avhengighet eller på annen måte. Vi opplever at mange som har funnet hjelp gjennom AA`s tolvtrinnsprogram også finner det meningsfullt å delta i disse gudstjenestene. Et viktig ledd i gudstjenesten er at de som ønsker det deler historier fra sine liv. På den måten får vi innblikk i menneskers opplevelser og erfaringer. Jeg har opplevd at det har vært svært interessant å kunne lytte til de historier som mennesker har fortalt fra sine liv. Et gjentakende fenomen, som jeg også vil komme tilbake til i oppgaven, er at mange understreker betydningen av å innrømme sin egen tilkortkommenhet og det å åpne seg for hjelp fra en makt høyere enn dem selv for å kunne få bukt med avhengigheten som gjør at livet er vanskelig å mestre. Som vi skal se så er dette en viktig faktor som skriver seg tilbake til opprinnelsen av AA`s tolvtrinnsprogram.

Denne prosessen som disse menneskene har gått inn i finner jeg videre interessant i lys av Metodistkirkens helliggjørelseslære. Utgangspunktet for Metodistkirkens menneskesyn er et helhetssyn på livet. Mennesket er skapt av Gud med kropp, sjel og ånd, og det hele eksisterer som en stor enhet. Vi vil ikke kunne si at det bare er de rent åndelige spørsmål som er aktuelle i vårt møte med Gud. Dette ser vi tydelig ikke minst i Jesu møte med menneskene han levde blant. Den måten han viste omsorg for mennesker som strevde med sine liv, for fattige og for syke. Den prosessen som mennesker går inn i gjennom AA`s tolvtrinnsprogram opplever jeg interessant på bakgrunn av et slikt helhetssyn på livet. Ved å søke hjelp gjennom et program som innbefatter en åndelig dimensjon, søker

man hjelp også til de helt konkrete utfordringer som gjør at livet er vanskelig å mestre. Som for eksempel rusavhengighet. Når man så opplever at prosessen gir hjelp til å mestre livet på en bedre måte, så er det interessant å se nærmere på i hvilken grad det å søke en åndelig dimensjon har betydning for resultatet av prosessen. Utgangspunktet for tenkningen i Metodistkirkens helliggjørelseslære er at man ved å ta imot Guds nærvær og omsorg omslutes stadig mer av hans nåde, og føres gjennom en livslang prosess, stadig lenger inn i det livet som Gud selv har skapt oss til, i sin egen nærhet.

Noe av min motivasjon for å skrive denne oppgaven er å se om vi kan finne elementer av en felles tenkning som ligger bak tolvtrinnsprogrammet slik det er utviklet hos AA og i den prosesstenkningen som ligger til grunn for Metodistkirkens helliggjørelseslære. På den bakgrunn finner jeg det også interessant å se nærmere på om tolvtrinnsprogrammet utgjør en egnet basis for et program som kan møte menneskers behov for utvikling og vekst i eget liv og i mellommenneskelige fellesskap generelt.

1.2 Tema

Tema for avhandlingen vil være å se nærmere på hvordan et bestemt fokus i rusbehandling kan ha innvirkning på resultatene. Det som gjør temaet interessant ut fra et teologisk perspektiv er at det er den åndelige dimensjonen ved programmet som vi skal se nærmere på betydningen av. Rusbehandling generelt er et stort og sammensatt behandlingsapparat innenfor vårt helsevesen. Mye skjer i et tverrfaglig samarbeid og det er en rekke både offentlige og private institusjoner som utgjør en sentral del av dette arbeidet. Som vi skal komme tilbake til så er det en kjensgjerning at også en åndelig dimensjon ved ulike behandlingsformer har vokst fram som en stadig mer aktuell og akseptert del av ulike program. Dette kan tenkes å ha sammenheng med at åndelige spørsmål generelt har fått en bredere plass i vårt samfunn i senere år, og at mange mennesker i mye større grad regner med en åndelig dimensjon i tilværelsen enn bare for ganske få år siden. AA's tolvtrinnsprogram er jo i denne sammenhengen ikke et nytt behandlingsopplegg. Det ble utviklet i USA på 1930-tallet. Det er interessant å se hvordan et slikt behandlingsprogram, som har utviklet seg gjennom erfaring og utvikling hos brukerne selv, hvordan det kan ha betydning og gi resultater også i møte med mer faglige profesjonelle behandlingsmetoder.

Når vi så skal belyse disse forholdene ut fra Metodistkirkens helliggjørelseslære, så er det en spesiell kobling som det allerede i utgangspunktet er interessant å legge merke til. Oxfordbevegelsen var en religiøs bevegelse som vokste fram i USA på 1920-tallet. Den var opptatt av å fokusere på hvordan vi mennesker lever våre liv. Det står beskrevet om bevegelsen på det nettbaserte oppslagsverket Wikipedia (Wikipedia). (no.wikipedia.org/wiki/Oxfordbevegelsen). Den fokuserte på absolutt ærlighet, renhet, uselviskhet og kjærlighet. Dette fokuset på hvordan det kristne livet leves i praksis, framfor et fokus på den rette lære, er et felles trekk med metodistbevegelsen som også hadde stor framgang på denne tiden. Det er interessant å legge merke til at under Wikipedias presentasjon av Oxfordbevegelsen så nevnes spesielt de to som regnes som grunnleggerne av Anonyme Alkoholikere; Bill og Bob. Her står det beskrevet at de skal ha vært inspirert av denne bevegelsen som kjempet for en moralsk opprustning og en guddommelig veiledning i alle livets forhold. Dette forholdet at Oxfordbevegelsen var med å danne bakgrunn for dannelsen av Anonyme Alkoholikere er også omtalt i en artikkel i Aftenposten fra 2004 skrevet av Bente Hjemdahl og Atle J.Fosse (Hjemdahl/Fosse 2004).

I denne sammenhengen vil det være nærliggende å se nærmere på metodistkirkens helliggjørelseslære, hvor nettopp det å leve i Guds nåde gir en forvandlende kraft til stadig å føres nærmere den billedlighet med Gud som visjonen om Guds rike innebærer. (Meistad 1992 s 190). Her får vi også understreket videre at mennesket ikke blir Gud, men at det får del i Guds natur gjennom hans nåde (2.Pet.1:4).

1.3 Problemstilling

På denne bakgrunn har jeg valgt å gi avhandlingen følgende hovedproblemstilling:

«Hvilken betydning har fokus på en åndelig dimensjon for mennesker som går inn i en prosess med AAs tolvtrinnsprogram, sett i lys av metodistisk helliggjørelseslære?»

Videre vil jeg formulere følgende 3 delproblemstillinger:

- «Hva er Anonyme Alkoholikers tolvtrinnsprogram?»
- «Hva innebærer en åndelig dimensjon i rusbehandlingsøyemed?»
- «Hva er metodistisk helliggjørelseslære?»

1.4 Materiale og metode

På bakgrunn av de 3 delproblemstillingene vil det være naturlig å dele oppgaven inn i 3 hoveddeler, for deretter å foreta en generell drøfting av hovedproblemstillingen.

Del 1: kap. 2

Del 2: kap. 3 og 4

Del 3: kap. 5

Min metode vil i hovedsak være å analysere aktuell litteratur i forhold til hver problemstilling. Under den andre delproblemstillingen vil jeg også gjennomføre en enkel intervjuundersøkelse blant noen som er aktive brukere av AAs tolvtrinnsprogram. Jeg ønsker her å fokusere på hvilken betydning den enkelte opplever at den åndelige dimensjonen av programmet har hatt for deres egen tilfriskningsprosess. Jeg legger opp til 5 intervju med noen få hovedproblemstillinger og med et fokus på å få til en samtale som kan belyse de forhold jeg ønsker se nærmere på.

1.5 Disposisjon av kapitlene

1. Innledning
2. Anonyme Alkoholikere. Deres historie og tolvtrinnsprogram
3. Menneskesyn i rusbehandling generelt
4. Intervjuer med aktive i AA. Drøftelse av empiri og teori.
5. Metodistisk helliggjørelseslære
6. Drøftelse av hovedproblemstillingen i lys av metodistisk lære.
7. Konklusjon, utblikk

2. ANONYME ALKOHOLIKERE. DERES HISTORIE OG TOLVTRINNSPROGRAM

2.1 Historie

Storboka regnes som grunnteksten for Anonyme Alkoholikere. Den inneholder fortellinger til mange mennesker som har erfart å få hjelp med sine egne liv gjennom tolvtrinnsprogrammet. Boka er skrevet på bakgrunn av erfaringene fra de 100 første som fikk hjelp gjennom bruk av tolvtrinnsprogrammet. Den inneholder også fortellingene til de første pionerene som regnes som opprinnelsen til Anonyme Alkoholikere. Under del 1 av Personlige beretninger (s 130), kan vi lese om Bobs historie. En vellykket og framgangsrik ung mann. Allerede her ser vi et trekk som er interessant og gjennomgående for mange av pionerene i AA. Mange av dem er ikke vokst opp i alkoholisererte og ødelagte hjem slik vi kanskje skulle tro. Tvert imot har mange vokst opp i gode hjem, noen også med en streng oppdragelse hvor blant annet alkohol var bannlyst. Bob vokste opp i en religiøs familie og hadde et aktivt forhold til kirken. Først på high school fikk han venner som nøt alkohol, og han ble trukket inn i et miljø som medførte et stadig større alkoholkonsum. Gjennom mange opp- og nedturer klarte han å gjennomføre medisinstudiet. Han strevde imidlertid med å holde på jobber. Han utviklet et svært usunt avhengighetsforhold til alkohol. Han måtte drikke store mengder alkohol hver dag for å klare å gjennomføre sitt arbeid. For å skjule sitt store forbruk ble han en mester i å gjemme unna flasker på de utroligste steder i hjemmet. Etter hvert kunne ikke Bob og hans kone gå ut på restaurant, ei heller invitere venner hjem, fordi det bare endte med at Bob ble ravende full. Bob utviklet etter hvert to nevroser. Den ene var en sterk frykt for ikke å få sove. Han måtte drikke store mengder alkohol for i det hele tatt å få sove om natta. Den andre var en frykt for ikke å ha tilgang til nok alkohol. Det store inntaket av alkohol medførte i sin tur et stort pillemisbruk for å klare å være i arbeid og tjene de nødvendige penger. Stadig ga han sin familie nye løfter om at nå skulle alkoholmisbruket ta slutt. Løftene var også helt oppriktig ment når de ble gitt, men de lot seg likevel ikke gjennomføre. I 17 år holdt Bob på med en slik livsstil. Utallige var også de som ønsket å hjelpe ham, men uten hell. Bob sier selv at det faktum at hans kone ikke ga ham opp fullstendig var helt avgjørende for at han overlevde denne perioden av sitt liv.

10.juni 1935 regnes som stiftelsesdagen for Anonyme Alkoholikere. Bob var noen uker tidligere blitt invitert til en mann som kanskje kunne hjelpe ham med alkoholproblemet. Bob valgte av ren høflighet å gå på det han så for seg skulle bli en snarvisitt, men han ble der i 6 timer. Etterpå drakk han ikke på tre uker, før han så hadde en skikkelig sprekk. Så

fra 10.juni 1935 var det full stopp med alkohol for Bob. Hva var det så denne mannen hadde formidlet. Bob skriver selv (s. 137); « - han var det første menneske jeg hadde snakket med som visste hva han snakket om når det gjaldt alkoholisme, av egen erfaring. Med andre ord, han snakket mitt språk.» Bob trengte å få bukt med sin selvopptatthet og våge å innrømme at dette var problemer han ikke var i stand til å løse ved egen hjelp. Først når han åpner seg for hjelp fra en makt høyere enn seg selv opplever han å få bukt med sine problemer. Bob bruker resten av sitt liv for å hjelpe andre som sliter med tilsvarende problemer.

Bill er Bobs venn fra skoletiden (s. 1). Bill har i sin oppvekst fått med seg sterke advarsler mot alkohol. Som ung soldat blir han likevel trukket inn i et miljø som er preget av mye vill festing og alle fordommer og advarsler glemmes. 22 år gammel vender han hjem som krigsveteran. Han ser på seg selv som en ledertype. Han tar kveldskurs i jus og begynner å jobbe som analytiker i et garantiselskap. Arbeidet fører ham til Wall Street hvor han etter hvert blir en suksessfull forretningsmann. Alkoholen ble et stadig større problem og får etter hvert store konsekvenser for Bill og hans kone. Bill skriver selv om sin situasjon i denne perioden, (s 4): «Et fullt glass gin fulgt av et halvt dusin flasker øl måtte til før jeg klarte å få i meg frokost. Likevel trodde jeg ennå at jeg hadde styr på situasjonen.» Bill fikk også klare advarsler om at hans helse var alvorlig truet om han fortsatte sin livsstil. Så en dag ringer hans gamle venn Bob og spør om han kan få stikke innom. Han er edru og det forundrer Bill. Det skal ha vært mange år siden Bob kom til New York i edru tilstand. Bill tar fram et glass men Bob rister på hodet. Bill blir svært forundret og spør hva som feiler ham. Bob svarer (s.7): «Jeg er omvendt.» Videre forteller Bob om en enkel religiøs ide og et praktisk handlingsprogram som har gitt ham den hjelpen han trengte, og som også er lett for Bill å se at har forandret Bob fullstendig! Bill skriver (s.8): «Jeg var rystet, men interessert. Det var jeg nødt til, for jeg var uten håp.» Bill skriver videre at han strevde med begrepet Gud. Han kunne akseptere forestillinger som Kreativ Intelligens, Universets Ånd eller Naturens Sjel, men tanken på en personlig Gud skapte motvilje. Da er det at Bob foreslår følgende (s.9): «Hvorfor ikke velge ditt eget gudsbegrep?» Denne tanken grep Bill. Han klarte å legge det intellektuelle tankemønsteret til side, og skriver (s.10): «Det gjaldt bare å være villig til å tro på en Makt større enn meg selv. Mer ble det ikke krevd av meg for å komme i gang.»

Bill og Bob oppgir sin kamp for å klare å mestre livssituasjonen sin i egen kraft. De åpner seg for en kraft større enn dem selv, og opplever at det endrer deres liv fullstendig. De

klarer å legge bort selvisheten og blir opptatt av å hjelpe andre i samme situasjon. På denne måten oppstår gruppene som er kjernevirksomheten til Anonyme Alkoholikere. Gruppene som kommer sammen og som gjennom å dele livene og problemene med hverandre, hjelper hverandre til å leve en dag om gangen.

Med årene har AA vokst seg til en verdensvid bevegelse med tusenvis av grupper. Tolvtrinnsprogrammet er også tatt i bruk i behandling av de forskjellige typer rusmidler og andre typer avhengigheter.

Kapittel 4 (s.35-45), har tittelen: «Vi agnostikere». Det taler rett til mennesker som kjemper med alkoholisme og som samtidig opplever det vanskelig å forholde seg til den åndelige dimensjonen ved tolvtrinnsprogrammet. Slik har det vært for mange i begynnelsen. Sitat (s.35.): «Hvis bare en morallov eller en bedre livsfilosofi var nok til å overvinne alkoholisme, ville mange av oss ha vært rehabilitert for lengst. Men vi fant ut at slike lover og filosofier ikke reddet oss, uansett hvor hardt vi forsøkte. Vi kunne ønske å være moralske, vi kunne ønske å bli filosofisk trøstet, vi kunne faktisk ønske det av hele vårt hjerte, men manglet styrken. Våre menneskelige ressurser ble ledet av viljen og strakk ikke til. De slo fullstendig feil. Manglende kraft var vårt dilemma. Vi måtte finne en makt vi kunne støtte oss til, og det måtte være en *Makt større enn oss selv*. Opplagt. Men hvor og hvordan skulle vi finne den?»

Videre i kapitlet beskrives denne krevende prosessen som mange må igjennom før de kommer i gang med tolvtrinnsprogrammet. Dette å ta skrittet med å erkjenne sin egen tilkortkommenhet og åpne seg for en kraft større enn en selv. Svært mange har kjempet med akkurat dette. Ikke minst alle som strever med et Gudsbegrep. Mange bærer på negative forestillinger fra barndommen. Mange har den forestilling at det er så mange læresetninger som må godtas før man kan nærme seg Gud. Her beskrives også at mange har opplevd det som noe svakt og feigt å skulle være avhengig av en makt som er større enn dem selv. Vi får her understreket opplevelsen hos de som har skrevet boka (s.36). I det øyeblikk man var i stand til å legge fordommene til side og vise en vilje til å tro på en makt som var større enn dem selv så begynte man å se resultater selv om de overhodet ikke var i stand til å definere denne Makten, eller Gud. Andres oppfatning av Gud var ikke lenger viktig. Selv om ens egen oppfatning var utilstrekkelig, så holdt det til å henvende seg til Ham, og få del i en større kraft som bidro til at man kunne ta små skritt i riktig retning.

I dette kapitlet trekkes det også fram dette fenomenet at vi mennesker godtar en rekke teorier om ulike forhold så fort det finnes klare fakta. Vitenskapen forteller oss hvordan ting fungerer og henger sammen. I det øyeblikk det hevdes en bakenforliggende årsak eller mening for hvorfor det er slik så blir vi skeptisk. Selv de mest kompliserte forbindelser forklarer vi i realiteten med tilfeldigheter.

Forfatterne utfordrer med følgende utsagn (s.39): «Istedenfor å betrakte oss som intelligente representanter, fortropper for Guds stadige videreførende Skapelse, velger vi agnostikere og ateister å tro at menneskets intelligens er toppen, alfa og omega, begynnelsen og slutten på det hele. Temmelig hovmodig – ikke sant?»

Vi møter også historien om prestesønnen som ble alkoholiker etter mye motgang i livet (s.44). Han hadde gått på søndagsskolen og lært det som var å lære. Hans opplevelse var at om det fantes en gud, så hadde denne gud i alle fall ikke gjort noe for ham. Under en sykehusinnleggelse får han besøk av en alkoholiker som hadde hatt en åndelig opplevelse. Det førte til at prestesønnen stiller seg selv spørsmålet (s.44): «Hvem er du som sier at det ikke finnes en Gud?» Han åpner seg for muligheten, og opplever en sterk og gjennomgripende forandring i sitt liv. Det understrekes videre at den enkeltes opplevelse av den høyere Makten kan være svært ulik, men at nettopp erfaringen av noe større som kommer inn i ens liv er det som alle kan berette om. Det handler ikke om å kjøpe ett sett med ferdige trossetninger, men om å erfare at en større kraft enn en selv kommer inn i livet.

2.2 Tolvtrinnsprogrammet.

Det er først og fremst i Storbokas kapittel 5,6 og 7 at de 12 trinnene blir presentert og forklart. Her slås det innledningsvis fast at det helt avgjørende momentet for å lykkes med å gå inn i tolvtrinnsprogrammet er en total ærlighet overfor seg selv. Mange har forsøkt å ta snarveier og ikke gå så grundig inn i alle trinn i prosessen, men med lite hell. For noen mennesker vil det være vanskelig og nærmest umulig å være så helt ærlig med seg selv og da vil programmet vanskelig kunne gi et ønsket resultat. Det understrekes at det er alkohol man har med å gjøre (s.46). Det er en sterk makt i mange menneskers liv, og man trenger hjelp av en større makt om man skal lykkes i å overvinne misbruket.

Programmet fremstilles som en oversikt over den prosessen som forfatterne selv har gått gjennom, og som de anbefaler som et rehabiliteringsprogram for de som trenger det.

Det første trinnet lyder slik:

1. *Vi innrømmet at vi var maktesløse overfor alkohol, og at vi ikke lenger kunne mestre våre liv (s.46)*

Her ser vi allerede hvordan dette første trinnet understreker behovet for en grunnleggende og total ærlighet først og fremst overfor seg selv. For mennesker som kjemper med misbruk av alkohol så mangler det ikke på oppriktig vilje til å bli kvitt problemet. De fleste har også prøvd på ulike måter, og de har lovet familie og venner at alt skal forandres, for så å oppleve at det hele rakner igjen og igjen.... Her ser vi bakgrunnen for det første trinnet i tolvtrinnprogrammet. Det er et avgjørende utgangspunkt for å komme i gang at man er villig til å innse sin egen maktesløshet overfor alkoholen. Man må slutte å kjempe i egen kraft. Forfatterne skriver (s. 46): «Så alvorlig vi kan, ber vi dere være fryktløse og grundige helt fra begynnelsen. Noen av oss har forsøkt å klamre seg til våre gamle ideer uten resultat, helt til vi ga opp.» Med andre ord ser vi av vitnesbyrdet fra de som har prøvd og fått hjelp av dette programmet at det ikke først og fremst handler om å gjøre en ny vri i sine bekjempelser for å mestre sitt liv. Det handler tvert imot om å gi opp sin kamp og innse sin tilkortkommenhet. Da først vil man være mottagelig for å motta den hjelp og den styrken utenfra som programmet hevder å innebære. Etter hvert har det blitt mange som har vitnesbyrd om at dette programmet har gitt uvurderlig hjelp til å rette opp liv som var fullstendig skakkjørt.

2. *Vi kom til tro at en Makt større enn oss selv kunne bringe oss tilbake til sunn fornuft (s.47)*

Etter å ha innrømmet egen maktesløshet ser vi her i trinn 2 at man åpner seg for at det finnes en Makt større enn en selv i alles tilværelse, og at denne Makten er i stand til å tilføre noe viktig også i den enkeltes liv. Her vokser det altså fram en tro på at en større makt både kan og vil gi styrke til å bygge opp igjen det som er ødelagt om han får muligheten. Det er interessant å legge merke til formuleringen i trinn 2 i forhold til hva man har kommet til tro på at den høyere Makt skal kunne gi hjelp til. Den sier: «-bringe oss tilbake til sunn fornuft» (s.47). Det er med andre ord ikke noe som tyder på at man ønsker å åndeliggjøre problemet og løfte det ut av den virkelighet som man lever i. Tvert

imot så uttrykkes en tro på at en høyere makt kan gi tilbake sunn fornuft. Kan hjelpe til med å innse hva som må til for å leve sunt og rett, og gi kraft til å klare å gjennomføre det.

3. *Vi bestemte oss til å overlate vår vilje og vårt liv til Guds omsorg, slik vi selv oppfattet Ham (s.47)*

Det tredje trinnet uttrykker en bestemmelse om å overgi både vilje og liv til Guds vilje. Det innebærer at man åpner seg for en ny arbeidsgiver i sitt liv. En ny sjef, som heretter skal bestemme hva som er viktig og rett. Her understrekes at det både er viljen og livet som må underkastes Guds vilje. Det handler altså både om tanken og hva vi sånn sett bestemmer oss for, samtidig som det også gjelder våre handlinger. Hva vi velger å gjøre helt konkret i våre liv. Vi ser her at man på dette trinnet har kommet fram til en interessant dobbelthet. På den ene side så har man kommet til at man vil overgi kontrollen over hele sitt liv, både tanker og handlinger, til en makt høyere enn seg selv. På den annen side så gir man helt slipp på en objektiv oppfattelse av hvem denne makten er. Man overgir sitt liv til Guds omsorg; *slik vi selv oppfatter Ham*. Med andre ord er det ikke her tale om en objektiv Gud som er beskrevet i hellige skrifter eller på annen måte. Gud slik vi selv oppfatter ham oppleves som tilstrekkelig for å overgi sitt liv til den høyere makt. Det innebærer nødvendigvis ikke at man heller ikke senere i prosessen vil definere den høyere makt mer spesifikt. Det handler om hva man velger å la være grunnlaget for tilnærmingen til en høyere makt. Som et eksempel er det nok en kjensgjerning at en del innenfor Anonyme Alkoholikere etter hvert definerer den høyere makt som den kristne Gud, men det er ingen forutsetning for å gå inn i programmet. Det er heller ikke noen målsetting i AAs program å forsøke og føre brukerne inn i en spesiell definisjon av den høyere makt. Tvert imot framstår AA å være opptatt av å holde fast på grunnprinsippene fra pionerernes tid hvor nettopp dette å søke Gud slik du selv oppfatter ham står helt sentralt.

Forfatterne skriver (s.48): *«Hver person er som en skuespiller som vil ta seg av hele forestillingen, som selv prøver å ordne med belysning, koreografi, sceneutstyr og resten av ensemblet på sin egen måte. Hvis bare arrangementene ville holde seg på plass, hvis bare folk kunne gjøre som han ønsket, ville det bli en fantastisk forestilling, og alle, inklusive ham selv, ville bli fornøyd.»* Videre stilles det spørsmålsteget ved om det ikke i bunn og grunn er en usunn selvopptatthet som ligger til grunn. Man opplever seg urettferdig behandlet av resten av verden, mens virkeligheten egentlig innebærer at verden rundt ikke er villig til å innrette seg etter personens egne tanker og forestillinger. Når man så innser at

tankemønsteret bygger på en egoistisk innstilling, så kan man bli i stand til å foreta det tredje trinn i programmet.

4. *Vi foretok en fryktløs og grundig moralsk selvransakelse (s.47)*

På bakgrunn av det tredje trinnet hvor man har gitt opp å skulle kontrollere livet selv, finner man så behovet for å gå inn i en grundig selvransakelse for å komme til rette med hva som er de dypereliggende grunnene til problemene. Det uttrykkes her en erkjennelse av at alkoholen bare er et symptom på at noe har gått galt, og at man trenger å finne fram til årsaker og betingelser for å kunne oppnå grunnleggende endringer. Det 4.trinnet sammenlignes med en bedrifts vareopptelling (s.51). For de fleste bedrifter er det avgjørende viktig å ha en jevnlig vareopptelling for å kunne holde kontroll med hva som finnes på varelageret. Det som er ødelagt og bedervet må ut, ellers vil forretningen lett komme til å føre seg selv bak lyset. Her beskrives hvordan den enkelte foretok en slik vareopptelling i sitt eget liv. Sitat (s.51): «Overbevist om at egoismen, slik den kom til syne, var årsaken til nederlaget, tok vi for oss dens vanligste uttrykksformer.» Man definerer bitterhet og nag, skriver ned hva/hvem man er sint på, for deretter å forsøke å komme til bunns i hvorfor man kjente på de aktuelle følelser. Forfatterne skriver (s.51): «I de fleste tilfeller fant vi at selvaktelsen, lommebøkene, ærgjerrigheten og våre personlige forhold – også de seksuelle – var såret eller truet. Derfor ble vi bitre. Vi var utbrente innvendig.» Vi ser at angrep på selvforståelse og selvaktelse oppleves som helt sentrale grunner for å miste kontrollen over eget liv, eksempelvis ved at alkoholen får overta styringen. Dette understøtter tankegangen om at alkoholen ikke i seg selv er hovedproblemet. Når et menneske blir utsatt for destruktive krefter og opplever sitt liv rammet på en eller annen måte, så vil man forsøke å veie opp med å ty til fluktveier. For mange har alkoholen blitt en utvei som i sin tur har overtatt kontrollen, da den på et gitt tidspunkt har skapt et avhengighetsforhold som man ikke kommer ut av ved egen hjelp.

Forfatterne skriver følgende (s.56): «I denne boken leser du om og om igjen at det vi ikke selv kunne gjøre, gjorde troen for oss.» Her ligger en erkjennelse av at den høyere makt har gitt både mot og evne til å rydde opp og gjøre godt igjen det som har blitt ødelagt i livet, i den grad det lar seg gjenopprette. Dette fører over i det femte trinnet i programmet. Når selvransakelsen er gjort. Man har erkjent og fått skrevet ned de feil som er begått og overfor hvem man har forbrutt seg, så følger behovet for å få gjort godt igjen det som er mulig.

5. *Vi innrømmet, ærlig og utilslørt, våre feil for Gud, for oss selv og et annet menneske*
(s.47)

I det femte trinnet kan vi muligens si at vi er ved et springende punkt for den som går gjennom tolvtrinnsprogrammet. Her handler det om at alt erkjennes og legges for dagen. Et helt vesentlig poeng er at det må være åpent og ærlig. Hvis deler av historien fortsatt holdes skjult, vil ikke den ønskede effekten av å kjenne seg satt i frihet bli en realitet. Dette understrekes som en bitter og gjentakende erfaring fra de som har prøvd denne veien. Det er en krevende prosess å skulle være så ærlig med sitt liv. Ikke minst overfor et annet menneske. Dette er nok den delen av hele programmet som virkelig krever stort mot. Det vil nødvendigvis være en ydmykende situasjon å gjøre rede for sitt liv, og spesielt sine nederlag for et annet menneske. Imidlertid kommer det tydelig til uttrykk i kapittel 6 i Storboka at dette anses som avgjørende viktig for de som har gått gjennom programmet. Første skritt vil selvfølgelig være å innrømme overfor seg selv hva som er realitetene i ens liv. Neste skritt vil være å kunne innrømme også overfor Gud, slik man oppfatter ham. Det vil nok variere i hvor stor grad det vil kjennes ydmykende, men det er grunn til å tro at mange vil ha en oppfatning av en nådig Gud, når man først har kommet til dette punktet. Den store prøven vil nok for de fleste være når man skal erkjenne overfor et annet menneske. Frykten for andre og hva andre vil si og tenke er vel svært allmennmenneskelig og noe som de aller fleste vil oppleve som en stor belastning. Samtidig er man kanskje også nettopp her ved et springende punkt i prosessen, som når den er gjennomført også vil føre framover mot en ønsket endring. Det er liten tvil om at de fleste alkoholikere har forsøkt å leve et dobbeltliv. Mange har blitt gode skuespillere og svært flinke til å dekke over sine ulike sider. Det gjør også at utfordringen blir desto større når man står overfor en annen person for å bekjenne alt åpent og utilslørt.

Det er opplagt at man må vurdere nøye hvem man velger til å være den personen som man gjennomfører en 5.trinnssamtale med. For det første må det være noen man stoler på, og som er i stand til å bære det man får høre uten å bringe det videre til andre. For det andre er det også av betydning at belastningen ikke blir for stor for den andre parten. Det kan bli feil å bruke et menneske som står for nære en selv, og i noen grad kan være involvert i det som blir bekjent. For mange vil nok det å bruke en profesjonell samtalepartner være det beste for en 5.trinnssamtale, selv om det ikke har noen avgjørende betydning for resultatet.

Storboka fremstiller det 5.trinnet som å bygge en port som du så skal passere gjennom (s.59). Det handler om å skifte perspektiv på sitt eget liv. Alt det ytre som har redusert ens eget selvbilde, og ødelagt livets utfoldelse, må bytte plass med det å se på seg selv som verdifull. De aller fleste mennesker er sin egen strengeste dommer. I det øyeblikk du selv kan tilgi og se deg selv på en ny måte, da først kan man bli satt i frihet. For de som har valgt tolvtrinnsprogrammet så handler også dette om å velge å tro at Gud, skaperen, ser hvert enkelt menneskes store verdi framfor alt det som har gått galt. Troen innebærer å ta imot den frihet som Guds nåde gir. Sinnsrobønnen, som står sentralt i sinnsrogudstjenesten, uttrykker noe av dette: «Gud gi meg slik sinnsro at jeg formår å akseptere de ting jeg ikke kan forandre, forandre de ting jeg kan, og forstand til å se forskjellen.» Her understrekes betydningen av å ha vilje til å endre på det som kan endres, samtidig som man må godta og leve videre med det som ikke er mulig å forandre på. Her er vi vel ved kjernen av det femte trinnet, som for mange blir et avgjørende punkt i prosessen. Det handler ikke bare om å innrømme sine feil og mangler og forsøke å gjenopprette der det er mulig, det handler også om å lære seg å leve med alt det som er uopprettelig. Det kan for mange være en tung prosess å kjenne på at man må akseptere en stor grad av nåde både fra mennesker og Gud, for å kunne slå seg til ro med alt som ikke lar seg forandre. Samtidig vil det være en viktig hemmelighet for å kunne komme videre og bygge en ny virkelighetsforståelse over sitt eget liv.

6. *Vi var helt innstilt på å la Gud fjerne alle disse feilene i vår karakter (s.47)*

Det sjette trinnet fremstilles i Storboka som å passere gjennom den porten som man har bygd opp gjennom trinn 5. Med andre ord; ikke lenger legge skjul på noe overfor seg selv eller Gud, men la ham få overta styringen og gi nødvendig hjelp til å være villig til å tjene ham. Hvis det fortsatt er laster eller ting i livet som man ikke er villig til å oppgi så er man fortsatt ikke klar til å gjennomføre trinn 6.

Trinn 6 er gjennomført i det øyeblikk den oppriktige viljen er en realitet, til å la Gud fjerne alle karakterbrister fra ens liv. Sett utenfra kan dette høres overfladisk ut, men dette går på dybden i den enkeltes liv. Dette berører de innerste tanker om det å kontrollere og styre sitt eget liv. Når denne viljen er en realitet, så er erfaringen hos de aller fleste at et viktig gjennombrudd har skjedd. Grunnlaget er lagt for pånytt å kunne reise seg som menneske og gå videre.

7. *Vi ba Ham ydmykt om å fjerne våre feil (s.47)*

I det øyeblikk man har kommet gjennom det 6.trinnet, så vil man kunne be bønner som utgjør det 7.trinn. Sitat (s. 60): «Når vi er klar, sier vi noe i denne retningen: Min Skaper, jeg er nå villig til at du får hele meg, både på godt og ondt. Jeg ber om at du nå tar fra meg hver enkelt karakterbrist som står i veien for min nytte for deg og mine medmennesker. Gi meg fra nå av styrke til å gjøre Din vilje. Amen.»

Her er vi vitne til en direkte overgivelsesbønn til sin Skaper, med ønske om at han vil ta bort alt det som ødelegger ens liv, og gi kraft til å tjene Ham. Det er interessant og legge merke til den fokusendringen som denne bønner innebærer. En bønn om at Gud må ta bort alle feil og brister som har skapt dette fokuset som bare har handlet om en selv og sitt eget liv. Her ligger også da åpenheten for å ta imot den kraft og styrke som bare den høyere makt kan gi, og som vil gi et nytt fokus og gjøre den enkelte i stand til å tjene Gud og gjøre hans vilje blant medmennesker. I bunn og grunn ligger det et helt grunnleggende fokusskifte her, fra den altoppslukende egoisme og til den oppofrende tjenervillighet for andres ve og vel.

8. *Vi satte opp en liste over alle dem vi hadde gjort vondt mot og ble villige til å gjøre alt sammen godt igjen (s.47)*

Som en direkte følge av det 7. trinnet, så skriver forfatterne (s.60): «Nå trenger vi mer handling, uten det vil vi oppdage at «Tro uten arbeid er død tro.» »

Her følger altså det åttende trinnet som det første helt konkrete utslaget av de avgjørelser og den bestemmelse man har tatt i de foregående trinn. Her går man helt konkret til verks for å få en fullstendig liste over alle dem man har gjort noe vondt mot. Deretter bygger man opp nødvendig vilje og mot til å henvende seg til de aktuelle personer for å forsøke å gjenopprette det som er ødelagt. Det er opplagt at man i denne prosessen vil ha stor nytte av det man gjorde i det 4.trinnet. Der gjorde man en grundig selvransakelse for å få på bordet alt det som har vært av negative forhold i ens liv.

Storboka gjør så rede for en viktig side ved prosessen i å skulle komme i møte de man har forbrutt seg mot på en eller annen måte. Vi leser følgende (s.60): «Det er sjelden lurt å gå

til et menneske som ennå lider av vår urettferdighet, og så forkynne at vi er blitt religiøse..... Vi ødelegger kanskje en senere mulighet til å bringe et tjenlig budskap..... Folk er gjerne mer interessert i en demonstrasjon av god vilje, enn i snakk om åndelige opplevelser.» Her er vi vitne til en oppfordring om å ha en sunn og god holdning til det man er i ferd med å utføre. Ikke for å prøve å unngå å komme inn på et åndelig tema, men for å være oppriktig i forhold til hva som tjener hensikten med at man tar kontakt. Ofte vil man i en slik situasjon stå overfor mennesker som man har vært sterkt på kant med, og en forsiktig tilnærming vil nok i de fleste tilfeller være det som når lengst.

En annen side vil være at man i mange tilfeller står overfor mennesker som man selv opplever seg sterkt urettferdig behandlet av. Her er det ofte tale om å oppsøke uvenner. Da gjelder det å kunne holde fokus på å beklage eget nag, og ikke under noen omstendighet kritisere eller gå i diskusjon med vedkommende. Forfatterne understreker betydningen av å holde seg til formålet med besøket, nemlig å gjøre rede for at man aldri vil komme over eget drikkeproblem før man har gjort alt man kan for å rette opp fortidens feil (s.61).

9. *Vi gjorde opp med disse menneskene, når det var mulig å gjøre det uten å skade dem eller andre (s.47)*

Trinn 9 er å gjennomføre alle disse oppgjørene som man har klarlagt og lagt til rette for i trinn 8. Det sier seg selv at dette kan i mange tilfeller vil være en tung og vanskelig prosess. Det vil være både tidkrevende, kreve mye energi og innebære mange ydmykende situasjoner. Da kan det være nødvendig å holde fast i dette helt grunnleggende prinsippet for de som vil gjennomføre AAs tolvtrinnsprogram; at man er villig til å gjennomføre absolutt alt, hva det enn skulle være, for å få bukt med sitt alkoholproblem så langt det ikke er til skade for noen.

Dette fører inn i et viktig problemområde knyttet til oppgjør med andre mennesker. Nettopp det å ha en klar bevissthet rundt og ikke gå til drastiske skritt i arbeidet med egne oppgjør som inkluderer andre mennesker, uten å ha en klar godkjennelse på forhånd. Tidspunktet for slike oppgjør avgjør man ikke selv. Mennesker vil ofte ønske å se praktiske endringer i misbrukerens liv, før man er villig til å være med inn i en slik oppgjørsprosess. Mange vil oppleve at man på dette punktet beveger seg i et minefelt.

Mange bærer med seg dype sår og store belastninger av den skade som misbrukeren har påført, og da er det viktig at man ikke utsettes for noe som kan oppleves som en ytterligere belastning uten at man selv er med og innvirker på prosessen. Ofte vil det være økonomiske misligheter som misbrukeren har gjort seg skyldig i. Andre ganger er det seksuelle forbindelser som har skapt dype sår, og som ikke uten videre er enkle å løse opp i uten å påføre den andre part ytterligere belastninger og skader.

Det vil ikke alltid være rett å gjennomføre en full og hel åpenhet i en slik gjenopprettelsesprosess. I noen tilfeller vil man sannsynligvis komme lengst med å la noen forhold bli holdt utenfor dagens lys. Hovedpoenget må være at det ikke skjer for å unngå ubehag for eget oppgjør, men at det skjer av hensyn til personer eller situasjoner for ikke å skape ytterligere belastning. Villigheten til å legge alle forhold for dagen er det grunnleggende og viktige prinsippet, men alt må veies opp mot hva som er tjenlig i den enkelte situasjon.

Når man kommer så langt som til å kunne si at man har gjennomført 9.trinn så langt det har latt seg gjøre, da har det utvilsomt vokst fram en frihetsfølelse som innebærer en indre ro og fred som vanskelig kan beskrives. På dette punktet i prosessen så understreker forfatterne at her vil man uten unntak oppleve at man har fått en helt annen trygghet i møte med både mennesker og situasjoner enn det man tidligere har levd i (s.65-66).

10. *Vi fortsatte selvransakelsen, og når vi hadde feilet, innrømmet vi det uten å nøle (s.47)*

Det tiende trinnet kan sies å være det som gjør tolvtrinnsprogrammet til en livsstil. Her understrekes behovet for å fortsette den prosessen som man har gått inn i med selvransakelse og oppgjør. Tolvtrinnsprogrammet er slik sett ikke et program for en gangs gjennomgang og så er problemet løst. Tvert imot er programmet bygd på prinsipper som vil skape en varig og trygg ramme rundt livet om man velger å følge dem. Her ser vi også at forfatterne av Storboka er tydelige på at her opplever de Guds hjelp som en vesentlig faktor. De skriver (s.66): «-det vi selv ikke kunne gjøre, det gjør Gud for oss.» Videre står det: «Vi er kommet inn i Åndens rike. Vår neste oppgave er å vokse i forståelse og effektivitet. Dette er ikke noe som skjer over natten. Det bør fortsette hele live» (s.66).

På dette punktet har man kommet inn i en annen måte å leve livet på. Nå handler ikke livet lenger om å slåss mot alt og alle, heller ikke alkoholen. Erfaringen som forfatterne

formidler er at den sunne fornuften har vendt tilbake, og at så lenge de klarer å holde seg i god åndelig form, så er de også i stand til å holde rusproblemet på avstand uten store anstrengelser. Samtidig er det en kjensgjerning at alkoholismen er der og blir der. Hvis man begynner å slappe av, og tenke at det får holde med det man har gjort og hvile på det, så er faren stor for at det glipper. De skriver (s.67): «*Hver dag er en dag vi må bære visjonen av Guds vilje med oss i all vår gjerning.*»

Det er interessant og legge merke til hvordan forfatterne understreker at de ikke ved egen hjelp har kommet til det punktet de har. De har ikke avlagt noe avholdsløfte eller gjort spesielle egne anstrengelser for å holde alkoholen på avstand. De opplever at de har fått nødvendig hjelp til å takle problemet fra en makt som var større enn dem selv. De har blitt bevisste på behovet for styrke utenfra og det fører over i det 11.trinnet.

11. *Vi søkte gjennom bønn og meditasjon å styrke vår bevisste kontakt med Gud, slik vi selv oppfattet Ham, og ba bare om å få vite Hans vilje med oss og kraft til å utføre den (s.47)*

Trinn 11 innebærer en oppfordring om å leve i daglig bønn og meditasjon. Om å søke Gud og hans vilje for ens liv hver dag. Forfatterne gjør det klart at man på dette stadiet har en klar opplevelse av at man har fått hjelp fra en makt større enn en selv for å få orden på livet. Skal dette kunne vare ved så må man være disiplinert og holde fast ved de måter som opprettholder kontakten slik at denne større makt fortsatt kan yte sin hjelp. En alkoholiker fremstår ikke i seg selv som en disiplinert person, men trenger nettopp derfor å få hjelp til å komme inn i et mønster som gjør at man kan holde fast ved de verdier man ønsker. Forfatterne beskriver at bønn og meditasjon har vært til hjelp for dem i denne prosessen og de anbefaler det for alle som er i samme situasjon. Under det som omhandler det 11.trinnet (s.67-68), beskriver de hvordan de ved dagens slutt tar en gjennomgang av det som har hendt i løpet av dagen. En konstruktiv og kritisk gjennomgang for å se om noen av de ødeleggende kreftene har fått virke. Har jeg vært grepet av bitterhet, egoisme, uredelighet eller frykt? Har jeg gjort noe som jeg burde ha bedt om unnskyldning for eller samtalt med noen om? Slike spørsmål kan være til hjelp for å holde bevisstheten oppe om hva som er viktig for å klare å mestre det daglige livet.

Videre skriver de om hvordan de henvender seg til Gud når de våkner på morgenen og ber om hans hjelp til å styre tankene, vurdere rett i de valg som ligger foran, og ikke være styrt av egoistiske motiver. De understreker også at når man på denne måten ber Gud om hjelp i de daglige tingene, så kan de med frimodighet bruke sine tanker og sin fornuft og alt det som Gud tross alt har utstyrt oss mennesker med, i det godes tjeneste. Her er det verdt å merke seg en helhetstenkning om livet. Ved å bruke alt det som Gud har gitt oss på en fornuftig og god måte nettopp i å leve ut hans gode vilje for oss selv og den verden vi lever i.

Forfatterne understreker også at det kan være berikende om man har noen å dele bønn og åndelig fellesskap sammen med, og at det kan være nyttig å søke hjelp for å finne gode rutiner og god litteratur.

Vi ser også at forfatterne holder fast ved formuleringen om «Gud slik vi selv oppfatter ham», også i det 11.trinnet. Man er med andre ord ikke opptatt av å definere hvem Gud er på en objektiv måte. Det som oppleves som viktig og som man ber om, er å få kjennskap til Guds vilje med ens liv og styrke til å leve etter den. Umiddelbart kan jo det virke som en egoistisk tankegang, men samtidig vet vi ut fra det som er formulert i de øvrige trinnene at dette ikke handler om egoisme. Dette handler tvert imot om å bli i stand til å leve et liv i tjeneste for Gud og andre på en måte som man ikke i seg selv har vært i stand til å klare. Det man søker er en klar subjektiv gudsopplevelse, men med den hensikt å bli gjort i stand til å utøve Guds gode vilje på alle plan i livet.

12. Når vi hadde hatt en åndelig oppvåkning som følge av disse Trinn, prøvde vi å bringe dette budskapet videre til alkoholikere og praktisere disse prinsippene i all vår gjerning (s.47)

Storbokas 7.kapittel omhandler det 12. trinnet. Den første linjen i dette kapitlet lyder (s.70): «Praktisk erfaring viser at ingenting gjør en så immun mot fyll som intenst arbeid med andre alkoholikere.» Vi ser altså at det 12.trinnet har en todelt funksjon. For det første så vil det være et sterkt ønske hos en som har fått hjelp av tolvtrinnsprogrammet og få være med å gi det videre også til andre misbrukere. Det står i en helt naturlig sammenheng med at man har fått et annet fokus i sitt liv, nemlig å ha andres ve og vel for øye og ikke bare eget velvære. Den andre funksjonen av det 12.trinnet er dette faktum som

erfaringen viser at det å arbeide intenst med andre alkoholikere er den beste terapi for å holde i hevd sin egen tilfriskning.

Det sjuende kapitlet i Storboka er en helt praktisk gjennomgang av hvordan forfatterne anbefaler at man møter andre som strever med et rusproblem. Her bruker de sine egne erfaringer for på den måten å kunne være til hjelp for andre. Det er tydelig en klar opplevelse for mange av de som har vært gjennom programmet at det primært er de som selv har hatt de samme problemer som man lettest får tillit til. Opplevelsen er at det er mennesker som selv har strevd med de samme problemer som best forstår den situasjon man er i, og som derfor også får den nødvendige tillit som vil være helt avgjørende for å kunne være til hjelp.

Det interessante med å lese kapittel 7 i Storboka er at det gis veldig klare, direkte og konkrete råd som tilsynelatende vil være til stor hjelp for de som prøver å komme andre misbrukere i møte. Her understrekes for eksempel veldig sterkt at utgangspunktet alltid må være at misbrukeren selv har en sterk vilje til å slutte med sitt misbruk. Det må være en oppriktig nød hos misbrukeren, som kommer innenfra. Hvis den motivasjonen ikke er til stede så kan man spare seg bryderiet med å forsøke å komme inn i en prosess med vedkommende. Man sier i tillegg at hvis det legges for hardt press på misbrukeren så kan det snarere føre til at det ødelegger en inngang som ellers ville vært mulig på et senere tidspunkt. Misbrukeren selv må ha kommet til det punkt da han er motivert og ønsker å gjøre alt for å komme til rette med sitt liv. Er den tiden ikke inne er det bedre å vente. Dette kan være en vanskelig fase å befinne seg i også for den som ønsker å være til hjelp. Man vet at man har noe som kan hjelpe, og man kan også ha misbrukerens familie som presser på for å komme inn i en tilfriskningsprosess. Likevel er det grunnleggende viktig å ta ett og ett skritt i riktig retning for ikke å ødelegge prosessen. Det lar seg ikke gjøre å gå snarveier eller å gå utenom noen sider ved problematikken.

Videre går kapittel 7 helt konkret igjennom hvordan man anbefaler å gå fram. Det handler om å bli grundig kjent med misbrukeren og det livet han lever. Kanskje vente med å ta skritt inn i tolvtrinnsprogrammet til misbrukeren har vært på en skikkelig rangel. Dette kan det være vanskelig å finne gehør for, ikke minst hos familien, men det er også viktig at misbrukeren er topp motivert med tanke på at utgangspunktet innebærer å innse sin egen tilkortkommenhet.

Deretter understreker forfatterne at de aktivt bruker seg selv og den erfaring de har som misbrukere. De omtaler alkoholisme som en sykdom, en dødelig lidelse. Leger og andre vil i mange tilfeller kunne ha vegret seg for å bruke klare ord på dette, men her er forfatterne tydelig på at dette kan man si klart fordi man vet at man har et redskap å tilby som vil være en hjelp ut av sykdommen.

Det understrekes også betydningen av at man ikke gir seg ut for å være belærende, spesielt i forhold til dette med religion. Kanskje er misbrukeren en troende, eller har en religiøs skolering som overgår din egen. Hovedpoenget må være å formidle at den åndelige dimensjonen må tas i bruk i den enkeltes liv. Det handler ikke om hvor stor kunnskap man har men om man er i stand til å omsette teori til praktisk liv. Det er heller ikke nok å ha en tro på at en åndelig dimensjon kan være den hjelp man trenger. Man må også være villig til å gi rom i eget liv for at den høyere Makt, Gud, kan få gjøre sin gjerning. Et åndelig disiplinert liv må bli en praktisk realitet og etterleves i det daglige om man skal kunne lykkes i å følge programmet. Det sier seg selv at her har den som prøver å formidle tolvtrinnsprogrammet en stor oppgave i og gjøre det på en slik måte at det blir mottatt og absorbert på en rett måte i misbrukerens liv.

2.3 Oppsummering

I dette kapitlet har jeg forsøkt å gjøre rede for tolvtrinnsprogrammet som utgjør det grunnleggende redskapet for Anonyme Alkoholikere. Jeg har også redegjort for opprinnelsen til dette programmet som dannet grunnlag for utbredelsen av AA, og som har gjort den til en verdensvid bevegelse. Det hele startet med noen få fortvilte personer som innså at de måtte ha hjelp utenfra for å komme til rette med sitt alkoholproblem. De fant det de trengte gjennom å søke en åndelig styrke. De formidlet sin erfaring til sine venner i samme situasjon, og på denne bakgrunn lagde de et punktvis program for tilfriskning som ble tolvtrinnsprogrammet og som i det store og hele er det samme som benyttes av de aktive innenfor AA også i dag.

3 MENNESKESYN I RUSBEHANDLING GENERELT.

I denne delen av oppgaven skal vi forsøke å se nærmere på hva for et menneskesyn som ligger til grunn for rusbehandling generelt i Norge i dag. Spesielt vil vi ha et fokus på i hvilken grad en åndelig dimensjon har en plass i rusbehandling, og hvilken rolle denne eventuelt spiller.

3.1 Ethiske problemstillinger ved rusmisbruk

Et interessant spørsmål er hvilke menneskesyn som kommer til uttrykk i vårt syn på mennesker som sliter med rusmisbruk. Til ulike tider har det vært gitt ulike forklaringsmodeller på hvorfor mennesker tyr til bruk av rusmidler. Bak de ulike forklaringer vil man finne ulike syn på mennesket og hvorfor det handler som det gjør.

I boka «In vino veritas? (Heiene red. 2000), finner vi flere artikler som omhandler disse temaene. Her finner vi et kapittel som er skrevet av Lars Gunnar Lingås om livssynshumanismens forhold til bruk og misbruk av rusmidler. (Lingås, 2000 s125-136). Her henvises til menneskerettighetene som gir uttrykk for noe av det som rører seg i spenningsfeltet mellom de private rettigheter og det å være en del av et samfunn. (Lingås, 2000 s.127). Mennesket har rett til å leve i frihet. Rett til å ta egne valg og innrette sine liv innenfor de rammer som samfunnet legger opp til. Samtidig er det en helt grunnleggende ide at samfunnet skal beskytte hvert enkelt individ. Den enkelte skal beskyttes mot overgrep både fra samfunnet og fra andre mennesker. På den annen side er det helt grunnleggende i et sivilisert samfunn at hvert enkelt individ er med og tar ansvar både for seg selv og andre. Dette er med å uttrykke noe av dobbeltheten som også har betydning for rusproblematikken. I hvilken grad er rusmisbruk en privatsak, og i hvilken grad er det naturlig å forvente at samfunnet bruker ressurser både på forebyggende arbeid og på behandling av mennesker med rusavhengighet. Et humanistisk menneskesyn vil gi sin tilslutning til menneskerettighetenes ideal om at den enkelte må få styre sin egen bruk av rusmidler så lenge det ikke går utover andre mennesker. Umiddelbart vil vi se at dette standpunktet reiser mange problemstillinger. Når vil et rusmisbruk gå utover andre? Skjer det i overgangen fra bruk til misbruk, og når skjer i tilfelle det? Det er ikke vanskelig å forestille seg at familie, venner, kollegaer og naboer veldig raskt vil kunne

oppleve at et omfattende bruk av rusmidler vil gå utover deres livskvalitet på en eller annen måte.

Til grunn for menneskerettighetene ligger også et likhetsideal. Ethvert menneske har den samme verdi uavhengig av alder, kjønn, sosial status, hvilken folkegruppe man tilhører osv. Det innebærer at alle i prinsippet har rett til å bli behandlet på samme måte, både i forhold til rettigheter som et fritt individ, og i forhold til hjelp og omsorg når et misbruk er en realitet. Samtidig vet vi alle at det likevel vil innebære store praktiske forskjeller fra land til land, siden både ressurser og praktisk politikk er svært forskjellig på ulike steder av kloden.

I Norge hadde jo rusbehandlingen opprinnelig sin bakgrunn i en religiøs moralisme. Her var det klare moralnormer som lå til grunn for at rusmisbruk var synd og skambelagt og noe som det måtte slås ned på med hard hånd. Både tvangsbehandling og klar forkynnelse ble sett på som nødvendige virkemidler. Disse behandlingsformene medførte også en klassemessig undertrykkelse siden rusmisbruk ble et symbol på det falne og mislykkede mennesket som ikke var i stand til å ta vare på seg selv eller andre. Ved å se ned på mennesker med rusproblemer var det på den andre siden nok av de som ville forsøke å høste anerkjennelse på andres bekostning.

Etter hvert som en mer livssynshumanistisk innstilling har satt sitt preg på politikken har også mange holdninger endret seg. Vi må kunne si at det i samfunnet vårt i dag handler om en gjensidighet mellom frihet og ansvar i forhold til rusproblematikk. Den enkelte har rett til å bruke rusmidler, så lenge det ikke er til uforholdsmessige problemer for andre. På den annen side har samfunnet også et ansvar for å ivareta den enkeltes rett på helsehjelp og støtte i en problematisk livssituasjon.

Hans Olav Fekjær skriver i sin bok «RUS» om hva som ligger til grunn for vår moraltenkning i samfunnet vårt (Fekjær 2009 s124-134). Dette kommer til uttrykk i form av hvordan vi reagerer på avvikende atferd. Her understreker han at et grunnleggende trekk ved moraltenkningen i vårt samfunn er en sinnelagsetikk. Med andre ord bedømmer vi ikke primært menneskers handlinger ut fra konsekvensene av handlingene, men i stor grad ut fra hensikten som lå bak. Dette medfører at vi unnskylder uønsket atferd når den er utført av mennesker i ruspåvirket tilstand. Atferdsproblemer omgjøres til

rusproblematikk. «Tilgi dem, for de vet ikke hva de gjør.» Dette er et bibelsitat vi kjenner godt. Spørsmålet blir om det å være påvirket av rus skal være tilstrekkelig grunn til ikke å bli stilt til ansvar for sine handlinger. Hvis vi ser på voldshandlinger i familierelasjoner er det hevet over tvil at det i stor grad innad i familiene forekommer bortforklaringer i form av å skylde på ruspåvirkning. «Egentlig er han snill, men han har et stort alkoholproblem.» En slik uttalelse gir uttrykk for at man ikke erkjenner at personen egentlig er voldelig, men man skylder på ruspåvirkning for de voldelige handlingene. I mange tilfeller vil dette være uttrykk for en overlevelsestrategi, i den forstand at man trenger en bortforklaring på volden som man ellers ikke kunne leve med. Samtidig oppleves det dramatisk å skulle ta konsekvenser av slik voldsbruk og man søker å finne forklaringer som kan unnskyld handlingene. Fekjær skriver at det er «ingen nødvendig eller naturlig sammenheng mellom «sløvhet» og normovertredelser.» (Fekjær 2009 s.133.) Det er med andre ord ingen generelle holdepunkter for at man glemmer hva som er gjeldende normer om man blir ruspåvirket. Det som skjer er imidlertid at man blir mindre kritisk, og får færre motforestillinger mot å gjøre det man har lyst til i øyeblikket. Dette er blant annet påvist gjennom undersøkelser med sovemedisin. Man blir i mange tilfelle like sløv av slik medisinbruk som av rus, men det gir ikke de samme utslagene i form av overtredelse av gitte normer. Fekjær nevner et talende eksempel (Fekjær 2009 s.134). En mann som er så ruset at han har glemt at det er galt å voldta, han vil heller ikke være fysisk i stand til å gjennomføre en voldtekt. I et sivilisert samfunn skal man ikke kunne fri seg fra alle gitte normer bare ved å tilføre kroppen kjemiske rusmidler. Synet på menneskets rett til å utfolde seg må komme til uttrykk gjennom både frihet og ansvar.

Hvilken etisk praksis vi har springer ut av vårt menneskesyn generelt. Dette skriver Lars Gunnar Lingås også om i boka «In vino veritas?» (Lingås, 2000 s.142). En hovedforskjell i vårt syn på mennesket er hvor vi legger ansvaret for den enkeltes skjebne. Med andre ord om man selv har det grunnleggende ansvaret for situasjonen man befinner seg i, eller om alt bare er et resultat av ytre påvirkninger som kan tilskrives samfunnet rundt. Det siste kalles gjerne et deterministisk menneskesyn hvor man ser den enkelte nærmest som en robot. Et slikt menneskesyn fritar den enkelte for ansvar for sin egen situasjon. Problematferd vil bli forklart som følge av en dårlig oppvekst, uheldig påvirkning fra venner eller andre ytre forhold. Behandlingsmetoder ut fra en slik tenkning blir gjerne

preget av forsøk på å erstatte savn og manglende positiv innflytelse. Samtidig vil det være behov for en grensedragning mot en fullstendig ansvarsfraskrivelse for den enkelte.

I motsetning til dette står det menneskesynet som tar utgangspunkt i at den enkelte selv bærer ansvaret for sin egen skjebne. Dette kalles voluntarisme og tar sitt utgangspunkt i at problemer og også sykdom har sitt grunnlag i selvvalgte avvik. Den enkelte står ansvarlig for sitt eget liv. Resultatet av et slikt menneskesyn blir ofte en stigmatisering og en utstøtelse hvor den enkelte blir overlatt til sitt eget forgodtbefinnende. Ut fra en frihetstenkning kan det i denne sammenhengen argumenteres for den enkeltes rett til å gå til grunne. På den annen side så kan også et slikt menneskesyn danne grunnlag for å gripe inn i andre menneskers liv. En tenkning om at de likevel ikke er i stand til å ivareta seg selv og sine egne interesser og at det derfor må være legitimt at samfunnet griper inn. Det hevdes at et slikt menneskesyn til en viss grad preger mye av den strafferettslige tenkningen. Den enkelte bærer ansvaret for sine ugjerninger uavhengig av hvilke grunner som ligger bak den aktuelle atferden.

Lingås hevder at velferdsstatens ideologer har viet spørsmålet om grunnleggende menneskesyn alt for liten oppmerksomhet (Lingås, 2000 s.142). Han hevder at velferdsstatens verdigrunnlag er bygd på et helt annet menneskesyn enn de to nevnte. Nemlig et dialektisk menneskesyn. Her sees den enkelte både som produkt og produsent av sine omgivelser på en gang. Dette menneskesynet tar utgangspunkt i at mennesker som har problematferd er undertrykte grupper. De er undertrykket både av andre personer, samfunnet rundt, og av seg selv i og med at de bærer et selvbilde av å være undertrykket. Lingås henviser til at dette er en form for problemforståelse som har vært sentral både innen arbeiderbevegelsen og kvinnebevegelsen. Begge disse bevegelsene har vært sentrale aktører i å legge premisser for velferdsstaten slik vi kjenner den. Her er det tanker om solidaritet, utjevning, likestilling, frigjøring og omsorg som står sentralt.

Vi må kunne si at den ene formen for undertrykkelse bygger opp under den andre og at det utvikler seg en negativ spiral for mennesker med atferdsproblemer. Et menneske som opplever seg undertrykket av samfunnet eller andre personer vil utvikle et forsterket selvbilde av å være undertrykket som igjen kan være med å bygge opp under den undertrykkelse som faktisk skjer. Et slikt dialektisk menneskesyn vil med andre ord kunne sies og i større grad balansere som utgangspunkt både for ansvar og behandling enn de ovenfor nevnte.

Vi ser at det å bli ansvarliggjort for sine handlinger er et grunnleggende prinsipp ved det menneskesynet som vi legger til grunn for hvordan vi behandler enkeltmennesker i vårt samfunn. En klar målsetting må være et gjensidig ansvarsforhold ved at hver enkelt må stå til ansvar for sine handlinger, samtidig som samfunnet tar ansvar for den enkelte når det er behov for helsehjelp eller annen hjelp i vanskelige livssituasjoner.

Lars Østnor skriver om etiske perspektiver ved alkoholen som frihetssymbol i vårt samfunn (Østnor, 2000 s153-166). Når vi ser på rusavhengighet og behandlingsformer for rusavhengige er det lett at vi bare fokuserer på alle de negative følgende som et alkoholmisbruk kan få. Virkeligheten i vårt samfunn er at svært mange opplever en begrenset alkoholbruk som en positiv del av deres livsutfoldelse. For mange er alkohol et symbol på frihet. Det er noe vi nyter i godt lag når vi har fri fra arbeid og andre forpliktelser. I stor grad er det også knyttet til overgangsritualer og anledninger for fest og glede.

Det er utvilsomt et stort gode at vi i vårt samfunn har muligheten til å utfolde oss i både individuell og kollektiv frihet og at vi kan la det komme til uttrykk på ulike måter. I et etisk perspektiv ser vi også her at om det skal bli en virkelig frihet så må den stå i en helhet av frihet og ansvar. I det øyeblikk vi utøver en frihet uten noe ansvar, vil opplevelsen lett slå tilbake som en bumerang. Trygge rammer er alltid en forutsetning for å oppleve frihetsutøvelse som en god livsutfoldelse. Om den generelle tryggheten uteblir vil det å være fri kunne oppleves som en mye større belastning enn det å være bundet innenfor ulike rammer. Som eksempel kan det å leve i et tillitsforhold innenfor et ekteskap oppleves som mye friere til tross for at det setter begrensninger for livsutfoldelsen, enn om man var fri til å følge enhver innskyttelse som likevel ikke kunne gi den varige trygghetsopplevelse som er grunnleggende for at den enkelte skal kunne kjenne seg som et fritt menneske.

Lars Østnor understreker det ansvar vi har som individer både i de små og de store sosiale sammenhenger (Østnor, 2000 s.160). Vårt samfunn er bygd opp om at vi alle har felles ansvar for hverandre samtidig som vi også har rettigheter og frihet. Den enkeltes ansvar gjelder både i nære relasjoner og som en del av et felles samfunnsansvar. Hvordan den enkelte forholder seg til rusmidler kan i en viss grad gjenspeile hvilket ansvar man tar. Det vil si om man er villig til å begrense bruk av rusmidler til de situasjoner hvor man

ikke setter andre i fare, som for eksempel i trafikken, eller at man ikke skaper utrygghet eksempelvis hos barn. For noen vil det å bruke rusmidler være forkastelig uansett sammenheng, fordi det i seg selv er med å legitimere noe som vi vet kan skape problemer for andre mennesker. Det er vanskelig å sette opp klare grenser for hva som er akseptabel atferd i enhver situasjon, men utgangspunktet er igjen kombinasjonen av frihet og ansvar.

Balansen mellom frihet og ansvar både for oss selv og hverandre er det som preger menneskesynet som vårt samfunn er bygd opp rundt. Vi må kunne konstatere at det på mange måter gjenspeiler menneskenaturen i den forstand at vi som individer har et behov for å kjenne frihet til å ta egne valg og til å være fri til å leve våre liv slik vi selv ønsker. Samtidig ligger det dypt i oss at vi er sosiale vesener og for at et fellesskap skal kunne fungere så forutsetter det at vi alle er med og tar et ansvar for hverandre.

Gunnar Heiene tar opp etikkens rolle i forholdet mellom den enkeltes livsførsel og livet i samfunnet (Heiene 2000 s195-203). Historien viser at fokus innenfor etikkens temaer varierer fra en epoke til en annen. På slutten av 60-tallet fikk vi et fokus på den samfunnsmessige dimensjonen i den etiske debatten. Dette kan sees som en reaksjon på en lang tids fokus på enkeltindividets etiske ansvar. Vi vet også at det skjedde store endringer i samfunnsdebatten generelt i denne perioden. Ved årtusenskiftet kan vi se at pendelen til en viss grad svinger tilbake. Det er igjen blitt et større fokus på det enkelte individ, men i vår tid kan det se ut til i større grad å være en følge av krav om større frihet og ønske om livsutfoldelse for den enkelte som ligger til grunn, mer enn at det er samfunnet rundt som er opptatt av å sette grenser for individet.

Heiene skriver: «Et menneskesyn som sammenholder det individuelle og det sosiale som grunnleggende trekk ved menneskets eksistens, vil føre til at fellesskapsdimensjonen blir viktig i den etiske refleksjon»(Heiene 2000 s.196). Ny forskning gir kunnskap som vil være nyttig også i etiske vurderinger. Eksempelvis vil forskningen som viser en nær sammenheng mellom tilgjengeligheten til alkohol og forbruket, være en utfordring for alle gode krefter, avholdsfolk eller ikke, til å samle seg om en sunn strategi for å unngå de store problemer som et omfattende rusmisbruk medfører. Det kan medføre at etablerte grupperinger blir utfordret til å være med på nytenkning og ta stilling også til denne type spørsmål i samfunnsdebatten. Vi kan for eksempel se for oss at grupper som går inn for totalavhold med fordel kan gå sammen med måteholdsforkjempere for å bidra positivt til å begrense misbruket og dermed redusere uheldige skadevirkninger av et rusmisbruk.

Det er ingen tvil om at en solidaritetstanke har vært et sterkt argument for en streng alkoholpolitikk i vårt samfunn. Vurderingen vil alltid bli stående mellom hensynet til den enkeltes frihet og ansvaret til beste for fellesskapet. Når det gjelder rusbehandling spesielt så vil det alltid være et tilbakevendende tema om det skal kreves frivillighet eller om man kan gjennomføre tiltak ved tvang. Dette er et tydelig eksempel på at menneskesyn og hvilke verdier som anses viktige får stor betydning for de avgjørelser som tas.

3.2 Behandlingsmetoder i dag

Psykologspesialist Helga Tveit på Klinikk for psykisk helse på Sørlandet sykehus skriver om ulike modeller for rusbehandling (Tveit 2012 s.1-43). Innledningsvis vises det til at fra riktig gammelt av ble alt som handlet om psykiatri og rus regnet å høre under den private sfære. Det var først i forbindelse med fattigomsorg at det ble aktuelt å befatte seg med andre menneskers rusproblematikk. Etter hvert gikk det over fra å være fattigpleie til å bli en innarbeidet del av vårt helsevesen. I 1850 ble det første psykiatriske sykehus etablert i Norge. Først etter 1900 ble den første institusjonen for rusmisbrukere etablert. (Tveit 2012 s.2)

Ulike behandlingsmodeller har vært knyttet til rusbehandling gjennom årene. Tradisjonelt stod nok den moralske modellen sterkt (Tveit 2012 s.3). Den tok utgangspunkt i at rusavhengighet skyldtes moralsk svikt og dårlig viljestyrke. Det er ikke vanskelig å se dette i sammenheng med at rus ble sett på som en privatsak. Behandling bestod i stor grad av forkynnelse eller på annen måte å forsøke å påvirke til endret atferd.

Senere vokste det fram en psykiatrisk modell. Denne bygger på at problemene skyldes underliggende konflikter som må løses for at en behandling av rusproblematikken skal gi resultat. Det kan spørres om disse modellene fortsatt eksisterer, og eventuelt i hvilken grad. (Tveit 2012 s.3)

På hele 1900-tallet vokste det etter hvert fram ulike kristne institusjoner for rusbehandling. (Tveit 2012 s.4). Selvhjelpsgruppene med utgangspunkt i AA ble også etter hvert etablert. Først på 1970/80-tallet fikk man utdannet og ansatt fagpersonell i rusbehandling i Norge (Tveit 2012 s.4).

I 2004 ble rusbehandling en del av spesialisthelsetjenesten i vårt helsevesen. I dag arbeides det på tverrfaglig basis med disse problemstillingene (Tveit 2012 s.4). Vi finner i dag følgende hovedmodeller for behandlingen i helsevesenet:

-Løsningsfokusert terapi. Dette er en terapiform som har et fokus på endring og mestring av atferd. Ved å ta utgangspunkt i den enkelte misbrukers opplevelse av sin situasjon vil man forsøke å arbeide for å endre handlingsmønstre slik at fremtiden kan bli en annen. Misbrukeren må selv både erkjenne sitt problem, eie det, og ha vilje til å gjøre noe med det (Tveit 2012 s.11-19).

-Kognitiv terapi har fokus på mestring sett i forhold til tilbakefallsforebygging. Ved å ta utgangspunkt i risikosituasjoner forsøker man å arbeide fram en endret atferd. Det vil innebære å bygge opp mestringsstrategier, endring av tanker og atferdsmønstre og det å løse problemer uten bruk av rus (Tveit 2012 s.20-25).

-12-trinnsbehandling oppgis også som en av de aktuelle hovedmodeller. Her skriver imidlertid Tveit at 12-trinnsmodellen er en moderert form av 12-trinnsprogrammet til AA. Utgangspunktet er at man ser rusproblemet som en kronisk lidelse og en familielidelse med medavhengige. Utgangspunktet er altså en sykdomsmodell hvor det handler om å mestre og ikke helbrede. For øvrig bygger det på de kjente elementene med å akseptere problematikken, innrømme sin maktesløshet og villighet til å søke hjelp. Videre følger også dette momentet med å søke tilgivelse og få ryddet opp i eget liv. I denne modellen formuleres også et moment om å søke åndelig innhold i livet, et forsøk på å skape mening i tilværelsen. Vi ser imidlertid her klart at dette punktet er vesentlig nedtonet i forhold til AAs tolvtrinnsprogram, hvor det å søke åndelig hjelp står helt sentralt (Tveit 2012 s.26-29).

-Læringsbasert rusbehandling tar utgangspunkt i at rus primært er tillært atferd. Fokuset her er på den bakgrunn at rusing dermed også kan avlæres. I denne modellen har man et sterkt fokus på rusatferd. Hvilke situasjoner er det som fører til rusing, og hvilke konsekvenser får det at man ruser seg. Målet her vil være å forsøke å skape en endring ut fra endret atferdsmønster og at man ikke legger opp til de situasjoner som fremmer rus (Tveit 2012 s.30-35).

3.3 Åndelig dimensjon i rusbehandling

I NOU 1999: 2 fra Helse-og omsorgsdepartementet gjøres det innledningsvis rede for en del begreper som har vært viktige i utvalgsarbeidets drøftinger og vurderinger. Under omtalen av begrepet *Livshjelp*, finner vi følgende uttalelse: «Ut fra et helhetlig menneskesyn skal de fysiske, psykiske, sosiale og åndelige/eksistensielle behovene ivaretas på en best mulig måte» (NOU 1999 s.1). Det er interessant og legge merke til at departementet så klart understreker i sin utredning at de åndelige og eksistensielle behov er viktige og relevante å ivareta også innenfor det offentlige helsevesenet. Det er tydelig at man her ser at dette er viktige sider i menneskers liv, som har betydning for den totale livskvaliteten ved siden av de fysiske, psykiske og sosiale behov. Videre står det at: «Helsevesenets oppgave blir å gi den enkelte hjelp til lindring av smerter og andre symptomer, hjelp i forhold til psykiske og åndelige/eksistensielle behov, og god omsorg i samarbeid med de pårørende» (NOU 1999 s.1). Dette er skrevet i en sammenheng spesielt med tanke på alvorlig syke mennesker. Samtidig er det et klart uttrykk for en generell holdning om et helhetlig menneskesyn som det er verdt å merke seg at kommer så klart til uttrykk i fra myndighetenes side. Det vil helt klart være med å legitimere at også åndelige og eksistensielle spørsmål er grunnleggende og viktige verdier som må ivaretas også i ulike typer behandlingsøyemed, for at et ønsket resultat skal kunne oppnås. Det gir uttrykk for en generell holdning om at mennesket er en helhet, og at alle de ulike funksjoner og behov må ivaretas i en helhetssammenheng om livet skal oppleves meningsfullt også i vanskelige livssituasjoner. Med andre ord vil det ikke være nok å behandle en fysisk skade hvis man overser de psykiske belastninger som skaden kan ha medført, eller åndelige/eksistensielle problemstillinger som følger med en vanskelig livssituasjon. Det er betryggende å legge merke til at Helse-og omsorgsdepartementet så klart uttrykker dette i sin utredning.

I denne sammenhengen finner vi også interessante uttalelser i en kronikk i Tidsskrift for Den norske legeforening nr 2 i 2011, skrevet av Magelssen og Fredheim. De slår innledningsvis fast at livet har en fjerde dimensjon utover det å se livet ut fra en biopsykososial modell. Den fjerde dimensjonen handler om de åndelige og eksistensielle spørsmål i et menneskeliv, og det hevdes at det å åpne opp for spørsmål om tro kan være en viktig side i en samtale og bidra til en bedre pasientbehandling (Magelssen/Fredheim

2011 s.1). I kronikken vises det til en undersøkelse hvor 107 pasienter ved Radiumhospitalet svarte på en undersøkelse om religion (Magelssen/Fredheim 2011 s.2). 37% oppga at de hadde endret sin tro som følge av sykdommen, og hvorav de fleste (33 av 40) var blitt mer troende. 54% oppga i tillegg at de hadde bedt til Gud om helbredelse. Kronikken slår videre fast at alvorlig sykdom bidrar til å reise spørsmål om meningen med det man gjennomgår, og det skjer både hos de som regner seg som religiøse og hos ikke-religiøse mennesker. Det vises også til at det er gjort undersøkelser på religiøs praksis for å redusere følelsesmessig stress og lidelse (Magelssen/Fredheim 2011 s.2-3). Spesielt er det studert hos pasienter med kroniske smerter. Her skiller mellom positive og negative religiøse mestringsstrategier. Positive strategier kan være å lese religiøse tekster, delta i møter eller ritualer, åndelig støtte og hjelp til å tilgi. Negative strategier kan være om man ser på smerte som en guddommelig straff og eksempelvis fokusere på demoner som årsak til sykdom. Videre skriver forfatterne: «I en del forskningslitteratur kategoriseres bønn som en passiv og uhensiktsmessig mestringsstrategi, men nyere forskning tyder på at bønn i mange tilfeller er en aktiv og tjenlig strategi» (Magelssen/Fredheim 2011 s.2-3). Det er interessant og legge merke til at nyere forskning fastslår at en typisk religiøs handling som bønn, i mange tilfeller er å anse som en positiv og tjenlig strategi for mennesker i en vanskelig situasjon. Samtidig er det grunn til å legge merke til den klare forskjellen mellom positive og negative religiøse strategier, som bidrar til en viktig avgrensning for en sunn religiøs mestringsstrategi. Det er en kjensgjerning at religion kan misbrukes. Mennesker har til alle tider latt seg friste til å bruke religiøse elementer til maktbruk og til å få andre mennesker til å underkaste seg ens egne oppfatninger. Vi vet også at det er en fare for at visse religiøse miljøer kan åndeliggjøre en problematisk situasjon, og at mennesker på den måten mister den helhetlige oppfølging som situasjonen i virkeligheten krever. Det er i den sammenheng derfor betryggende å se at medisinsk forskning i dag understøtter at mennesker må bli behandlet på en helhetlig måte, og at dette med å trekke inn åndelige/eksistensielle spørsmål i en lege/pasient-situasjon kan virke positivt ved at pasienter opplever seg ivaretatt som hele mennesker.

En interessant artikkel for vurderingen av tolvtrinnsprogrammet finnes i Tidsskrift for Den norske legeforening nr 20, 2005. Den heter: «Selvhjelpsgrupper i rusbehandling», og er skrevet av Ø Kristensen og J Vederhus. Her presenteres en større undersøkelse blant pasienter som ble med i selvhjelpsgrupper under behandling for rusavhengighet. To år

etter behandlingen var det 38% som deltok regelmessig i selvhjelpsgrupper. 81% av disse var rusfrie og hadde vært det de siste 6 månedene. Derimot var bare 26% rusfrie blant de som ikke deltok eller deltok sjelden i selvhjelpsgrupper. Til tross for at det kan være usikkerhetsmomenter i undersøkelsen som gjør at andre forhold kan spille inn på resultatet, så uttrykker artikkelforfatterne klart at selvhjelpsgrupper trolig bør få en større plass som et supplement til rusbehandling (Kristensen/Vederhus 2005 s.1). Her vises også til at det har vært en del skepsis til tolvtrinnsprogrammet blant forskere og profesjonelle på rusfeltet. Ikke minst gjelder dette i USA. Det understrekes imidlertid at dette kan ha en sterk sammenheng med at man i amerikansk rettspraksis kan bli dømt til å delta på AA-møter. I det øyeblikk man får en slik dom vil frivillighetsperspektivet være borte, og en helt vesentlig motivasjonsfaktor for å kunne ha hjelp av tolvtrinnsprogrammet vil være ødelagt. En slik dom vil opplagt være helt i mot grunnlaget for hele tolvtrinnsprogrammet, og vil dermed etter all sannsynlighet heller ikke gi de ønskede resultater. En slik rettspraksis er heldigvis ikke aktuelt i nordisk sammenheng (Kristensen/Vederhus 2005 s.2).

I studiet av undersøkelsen har man så sett nærmere på om det kan være slik at det er spesielt «lette» pasienter som rekrutteres til selvhjelpsgruppene. Forfatterne skriver at det er lite i bakgrunnsdataene som tyder på at det er spesielt lette pasienter som får hjelp gjennom å delta i gruppene. Materialet bekrefter at det også er sosialt belastede og tungt rusavhengige som finner hjelp i selvhjelpsgruppene. Derimot kan det tyde på at det er en større andel av de med psykiatrisk diagnose som slutter i selvhjelpsgruppene. Et annet trekk er også at det er en overvekt av single som blir værende og finner nødvendig hjelp i gruppene (Kristensen/Vederhus 2005 s.5).

Forfatterne understreker at studiet av undersøkelsen viser en tydelig forskjell hos de som har deltatt i selvhjelpsgrupper og de som ikke har gjort det. De finner ingen annen variabel som kan forklare at rusfriheten er vesentlig større blant de som har deltatt i selvhjelpsgrupper (Kristensen/Vederhus 2005 s.6).

3.4 Oppsummering

I dette kapitlet har jeg forsøkt å fokusere på hvilket menneskesyn som kommer til uttrykk i rusbehandling i Norge i dag. Spesielt har det vært et mål å se på om en åndelig dimensjon kan sies å komme til uttrykk i denne sammenhengen. Vi ser at et viktig

spørsmål er hvem som skal være ansvarlig når mennesker ikke lenger er i stand til å ta ansvar for seg selv og andre. Bærer et menneske selv ansvaret for sitt rusmisbruk eller har samfunnet ansvar for å gi den hjelp som er mulig slik at den enkelte kan få orden på livet. Da rusbehandling først tok form i vårt samfunn var det begrunnet i at rusmisbruk var uttrykk for moralsk svikt hos den enkelte. Senere ser vi at det legges ulike ideer til grunn for hva som er årsak til at noen misbruker rusmidler. De ulike begrunnelser kan sies å ligge til grunn for de ulike modeller for rusbehandling som finnes i vårt hjelpeapparat i vår tid. Vi ser at det i dag tilstrebes en balanse i forhold til hva som er den enkeltes ansvar og rett og hva som er samfunnets ansvar. Det er interessant å legge merke til at en åndelig dimensjon i behandlingsøyemed generelt ser ut til å ha vokst fram i nyere tid. Dette får også konsekvenser for rusbehandling spesielt og vi kan ane en voksende aksept for en åndelig dimensjon også innenfor dette feltet.

4 INTERVJUER

Som empirisk del av oppgaven har jeg foretatt 5 intervjuer av personer som er aktive i AAs selvhjelpsgrupper. Formålet med intervjuene har vært å se nærmere på hvilken betydning den åndelige dimensjonen ved tolvtrinnsprogrammet har hatt for den enkelte i vedkommendes prosess. Jeg vil i det følgende gjøre rede for intervjuene, for så å foreta en drøftelse av intervjuene sett i forhold til det teoretiske materialet som er behandlet i kapittel 3. Intervjupersonene vil kun bli identifisert med kjønn og hvilket tiår de befinner seg i alder, og i tillegg hvor mange år de har vært med i AA. Jeg brukte noen bekjentskap innenfor arbeidet med selvhjelpsgrupper i AA til hjelp for å plukke ut aktuelle personer som ble forespurt om å være informanter. Alle informantene er fra Østlandet som var en praktisk forutsetning for å kunne møte dem til intervju. De er likevel fra litt ulike områder på Østlandet. Jeg ønsket også en spredning i forhold til alder. Jeg klarte å få til en spredning fra en kvinne i 40-årene og til en mann i 70-årene. At begge kjønn var representert var også et viktig kriterium, og jeg endte med å intervju 2 kvinner og 3 menn. Intervjuene ble foretatt muntlig. Dette var et viktig utgangspunkt for måten jeg la opp intervjuene på. Jeg hadde ikke et strengt skjematisk opplegg for intervjuene, men snarere et opplegg for en samtale innenfor en klar ramme. Jeg hadde forberedt noen få hovedspørsmål med tanke på å kunne følge opp svarene underveis med oppfølgingsspørsmål.

Mitt første spørsmål til hver enkelt var hvilken betydning de opplevde at den åndelige dimensjonen ved AAs tolvtrinnsprogram har for deres egen del.

Mitt neste hovedspørsmål var å få svar på om de hadde tro på om tolvtrinnsprogrammet kunne ha fungert uten den åndelige dimensjonen.

Hvert intervju ble avsluttet med at jeg spurte dem om hvor de tror de hadde vært i livet i dag hvis de ikke hadde kommet med i AA.

Hensikten med å legge opp intervjuene på denne måten var å forsøke å få informantene til å snakke litt ut fra egne tanker og erfaringer om hvilken betydning de opplever at den åndelige dimensjonen har for deres tilfriskning. Jeg var bevisst på at jeg ikke ønsket å legge for mange ord i munnen på dem, og ikke legge opp til sterke føringer i spørsmålsstillingene som kunne medført at jeg stort sett fikk de svarene jeg ba om. Jeg forsøkte å ta meg nødvendig tid og lytte til det hver enkelt informant ønsket å gi uttrykk

for ut fra sin egen erfaring. Jeg syntes det var naturlig at samtalene hadde en viss grad av åpenhet i forhold til konkret tema og innhold når det jeg spurte etter var den enkeltes forhold til en åndelig dimensjon. Min opplevelse var at det ble veldig gode samtaler og at informantene med stor åpenhet og velvilje delte fra sine liv. Som jeg vil komme tilbake til under oppsummeringen så var det interessant å legge merke til at til tross for at informantene tok ulike utgangspunkt i sine svar, så er det i stor grad mye sammenfallende i forhold til hva de gir uttrykk for og konkluderer med.

Ett av intervjuene ble foretatt på telefon av praktiske hensyn. De øvrige møtte jeg ansikt til ansikt. I ett tilfelle ble jeg invitert hjem til en kopp kaffe i stua, noe som dannet et hyggelig og godt grunnlag for en god samtale. I to av intervjuene møttes vi på mitt kontor, og ett intervju ble foretatt på informantens kontor på vedkommendes arbeidsplass. At det var litt ulike praktiske omstendigheter rundt intervjuene kan jo også ses på som en verdifull variasjon. Intervjuene har ikke foregått under helt like omstendigheter, slik at ytre forhold ikke kan sies å ha vært årsak til at informantene har blitt påvirket til å gi sammenfallende svar.

4.1. Intervju med mann i 70-årene.

Informant 1 har vært med i AA i 24 år. Han innleder med å spørre meg hva jeg egentlig er på jakt etter. Jeg svarer at det handler om å få innblikk i hvilken betydning den åndelige biten av tolvtrinnsprogrammet har for den enkelte. Han sier så at det er akkurat det han har tenkt på forut for intervjuet, at det lar seg ikke gjøre å si noe spesielt bare om den åndelige biten. Dette fordi han ser den åndelige dimensjonen som grunnlaget for hele programmet. Mange nykommere til tolvtrinnsprogrammet kjemper med åndeligheten blir jeg fortalt. Det gjorde også han. I dag tenker han at det handlet mye om at han satte likhetstegn mellom åndelighet og religion. Han tror at det er veldig vanlig blant mange nykommere. Samtidig er det mange som sliter med sitt gudsbilde. Mange opplever at de har et påtvunget bilde av hvem Gud er som de har blitt opplært til i ulike religiøse sammenhenger. Informant 1 sier videre at til å begynne med opplevde han at dette uttrykket som brukes i AA; Gud – slik jeg selv oppfatter ham, -at det var helt genialt. I dag tenker han at det ikke egentlig er så genialt, fordi nå ser han på det som den eneste måten å tenke om Gud på. Enhver må få ta utgangspunkt i Gud slik som man selv oppfatter ham. Dette handler noe om den dype og grunnleggende respekten for den

enkelte som også preger miljøet innenfor AA. Han sier at en åndelig oppvåkning skjer gradvis gjennom de tolv trinnene. Det er ikke tale om en engangsforeteelse, men en prosess hvor bevisstheten om en åndelig dimensjon får vokse. Samtidig vil situasjonen ofte være at bildet av hvem Gud er vil endre seg over tid hos den enkelte. Det har det også gjort for hans egen del. Åndelighet er ikke noe som kan måles, men er en del av en større virkelighet.

På mitt spørsmål om han tror tolvtrinnsprogrammet kunne fungert uten den åndelige dimensjonen, så svarer han et klart Nei. Han understreker videre at dette har sammenheng med at det er først når du slutter å kjempe i egen kraft at du for alvor blir i stand til å gå inn i programmet. Ved å innse sin egen tilkortkommenhet og åpne seg for at en makt større enn en selv får påvirke og skape endring i ens liv. Han sier at han opplever at dette egentlig er veldig godt uttrykt i sinnsrobønnen, som brukes i AA-sammenheng og i sinnsrogudstjenesten. Bønnen lyder slik: «Gud gi meg sinnsro, til å godta de ting jeg ikke kan forandre, mot til å forandre de ting jeg kan, og forstand til å se forskjellen.» Bønnen bygger på en grunnleggende tanke om å skille mellom de forutsetningene som livet gir og som den enkelte ikke har mulighet til å gjøre noe med, og de ting i livet som det er mulig å endre på. Det er en kunst å kunne avfinne seg med de ting som ikke lar seg endre. Min informant mener at det handler mye om å godta livet slik som det er. Ikke så mye nødvendigvis å mestre livet. Man kommer aldri i mål med å mestre livet, sier han. Det er en prosess som varer livet ut. En viktig del av den åndelige dimensjonen for ham er å godta de svar på hans bønner som han opplever at livet gir ham. Ikke bare være opptatt av om han får akkurat de svar som han har ønsket seg.

På mitt spørsmål om hvor han tror han hadde vært i dag uten AA, så svarer han raskt og kort: 9 fot under bakken. Med andre ord er hans opplevelse at han uten tolvtrinnsprogrammet og det som AAs selvhjelpsgrupper har betydd for ham, så ville han ikke ha vært i live i dag.

4.2. Intervju med kvinne i 40-årene.

Mitt andre intervju var med ei kvinne i 40-årene. Hun har vært aktiv i AA i 8 år. Jeg spør om hun kan fortelle meg litt om hvilken betydning den åndelige dimensjonen i tolvtrinnsprogrammet har hatt for henne. Hun sier at for henne er det lett å svare på. For

henne er det et være eller ikke være. Det er et enten eller. Enten å være sammen med Gud eller å ikke være. Hun forteller videre at hun opplever at hele programmet egentlig handler om å finne Gud. Hun sier at det som preger en alkoholiker i tillegg til å drikke og alle de fysiske og praktiske konsekvensene rundt det, er et åndelig forfall i livet. Man har mistet kontakten med de gode verdiene i livet. Det som handler om kjærlighet, glede og selvrespekt. Disse verdiene har man et sterkt behov for å møte fra noen som er større og sterkere enn en selv. Innledningsvis i en tilfriskningsprosess kan det å møte en edru alkoholiker representere det større man har behov for. Etter hvert som man opplever den åndelige oppvåkningen så vil man kunne forstå at det er Gud som er den større makt man får hente styrke og hjelp fra. Min informant 2 sier at mange på AA-møtene ikke definerer Gud som den kristne Gud, men når du hører etter på hva de sier så er det jo faktisk det det er. Han som har skapt og som ser den dype verdien hos hvert enkelt individ uavhengig av alle ytre forhold.

Informant 2 forteller at det som preger en alkoholiker som kommer til AA er at selvbildet er helt knust. Derfor er det et sterkt behov for å møte den Gud som kan gi ny verdi og reise den enkelte opp fra dypet. Når man så opplever en åndelig oppvåkning og kjenner på en kraft som gjør at man får styrke til å klare dagen, til å holde seg edru og ikke minst være til hjelp for andre, så oppleves det veldig verdifullt for den enkelte. En del mennesker har et vanskelig forhold til kirken av ulike grunner. Det gjør at det kan være tungt for en del å gripe denne åndelige dimensjonen. Det kan være så mange ting som utgjør hinder. Mange bærer på en frykt for kirken og trenger hjelp til å se at det å åpne seg for den åndelige dimensjonen ikke er farlig. Hun sier videre at disse forholdene kan det være vanskelig å nå fram med hos fagfolk som ikke selv har en rusbakgrunn. Dette behovet for en sterk åndelig kraft for å kunne holde seg oppegående er noe man lettere forstår behovet av om man selv har erfaring fra en situasjon hvor rusen kontrollerte livet. Hun ser ikke for seg at tolvtrinnsprogrammet kunne fungert uten den åndelige dimensjonen.

Gud bruker mennesker som verktøy til å nå fram til andre mennesker. Dette er noe som oppleves sterkt innenfor AA. Det er utvilsomt de som selv har en rusbakgrunn som best kan nå fram til en rusmisbruker. Det er de som best kan forstå hvordan vedkommende har det og hva som skal til for å komme inn i en tilfriskning. Det vil alltid være en balanse, for de som er aktive i AA, mellom å ta vare på sin egen sunnhet og det å være til hjelp for andre. Samtidig er det ofte også en stor styrke i ens egen sunnhet og tilfriskning å vite at

man betyr mye for andre i deres prosess. Hun forteller at hun i en vanskelig fase i sitt eget liv opplevde at det å vite at det var en annen kvinne som ventet på henne og hadde behov for hennes hjelp var en avgjørende og viktig faktor for at hun selv ikke falt tilbake til alkoholen.

Jeg spør hvordan hun opplever gudsbildet i AA. Hun forteller at hun aldri har tvilt på at Gud var der. Hun lærte om hvem Gud var som barn. Hun sier at hennes problem aldri har vært at hun har tvilt på hans eksistens, men at hun var sint på ham. Hun kjente på bitterhet fordi hun ikke fikk de svarene hun ønsket på sine bønner. Etter hvert har hun innsett at vi mennesker er flinke til å stille Gud til ansvar for det utroligste. Å få lære at det finnes en tenkning som er større en hennes egen har vært veldig viktig. I hennes prosess har det vært viktig å rydde unna alt som stenger mellom henne og Gud. Sinne, frykt, bitterhet osv. Hun sier videre at hennes liv er en sak mellom henne og Gud. At andre tar andre valg må hun så respektere helt og fullt. Det er en sak mellom den enkelte og Gud. Det kan ofte være en vanskelig balansegang når man er i en prosess for å hjelpe, å kunne skille mellom det å bry seg om på en sunn måte og å respektere det som er andres valg og en sak mellom den enkelte og Gud.

Min informant 2 sier også at mange i AA beskriver maktesløsheten som å være uten Gud, være gudløs. Dette står jo i en naturlig sammenheng med det vi var innom innledningsvis i intervjuet om at hun opplever tolvtrinnsprogrammet som et program primært for å finne Gud.

Jeg spør om hvor hun tror hun ville vært uten AA. Hun svarer at hun kanskje ville vært død. «Jeg ville bestandig ta livet mitt», sier hun, «så jeg skulle nok ha funnet en grunn for å gjøre det». Hun sier at hun ikke på egen hånd ville klart å finne fram til denne sannheten om at Gud ser en like stor verdi hos hvert enkelt menneske, og det å leve i det. Hun forteller også at sinnsrobønnen har vært til stor hjelp for henne i hennes tilfriskning.

4.3. Intervju med mann i 50-årene.

Mannen som jeg møter i mitt tredje intervju har vært aktiv i AA i 7 ½ år. Han forteller at han ikke hadde noen gudstro før han kom med i AA. Han forteller at det var alle de vanskelige følelsene i livet som han hadde behov av å drikke for å kunne håndtere. Han beskriver det som en følelsessykdom. Han opplevde at alle skavankene i

personlighetlivet satt veldig dypt og at det til slutt handlet om liv eller død. Han måtte ha hjelp. Via en venn fikk han kontakt med en klinikk og ble etter hvert lagt inn til behandling. Etter hvert ble han kjent med tolvtrinnsprogrammet og ble inneforstått med behovet for å kunne tro på noe som var større enn ham selv. Til å begynne med brukte han mye sinnsrobønnen og ba om hjelp til å klare de forskjellige trinnene i programmet. Det han hadde uttrykt av bønner tidligere hadde bare vært ut fra å synes synd på seg selv. Nå opplevde han en styrke i å kunne be om hjelp til de ulike leddene i prosessen med å rydde opp i forhold til andre mennesker og i sitt eget hode. Han forteller at fellesskapet i AA har betydd veldig mye for ham. Behovet for å ha noen å dele med har vært stort, og atmosfæren på møtene har vært veldig viktig. Han sier at åndeligheten ikke bare handler om den personifiserte Gud som befinner seg et sted. Den åndelige dimensjonen rommer også fellesskapet i gruppa, atmosfæren dem imellom på møtene og relasjonene som bygges opp over tid. Informant 3 forteller at han ikke er så opptatt av hvem Gud er, men det faktum at Gud holder ham fast og er det stabile holdepunkt i hans liv. Det har gitt ham så mye verdifullt å leve på som gjør at han ikke behøver å drikke. Alle de andre gode verdiene er så mye mer verdt. Han bekrefter at han nok har et annet bilde av hvem Gud er i dag, enn han hadde før. Det vil si at det i stor grad handler om å gå fra ikke ha et bevisst bilde av Gud, til å oppleve at Gud er den trygge plattformen i livet.

Tolvtrinnsprogrammet er et kjærlighetsprogram sier han. Det har sin grunn i den kjærlige Gud som gir mennesket uendelig verdi, og det kommer til uttrykk i de sterke bånd som bindes mellom de som praktiserer programmet i selvhjelpsgruppene. I dag kan han gå inn og sette seg i en kirke når han er i utlandet, ha en stille stund og oppleve det positivt og godt. Det ville aldri ha skjedd for noen år siden.

På mitt spørsmål om han tror at programmet kunne ha fungert uten den åndelige dimensjonen, svarer han at det tror han ville vært veldig vanskelig. Han sier at det å tro er kjempeviktig. Å ha tro og tillit til en som er større enn meg selv er avgjørende viktig.

Jeg spør om hvor han tror han ville ha vært i dag uten AA. Han sier at han enten ikke ville ha vært her, eller at han ville vært veldig langt nede. Han forteller at han var veldig langt nede og at det er hjelpen han har fått gjennom AA som har gjort at han er der han er i dag. Han har opplevd å få styrke til å takle livet. Til å klare å leve med den motgang som livet har ført med seg. Han forteller også at det innebærer teknikker til å finne mye større ro i livet. Han opplever fortsatt sinnsrobønnen som viktig, og ikke minst dette med å kunne godta de tingene i livet som det ikke er mulig å gjøre noe med. Det er en kunst og

en stor utfordring for mange. Han opplever det avgjørende viktig å ha et sted å gå for å kunne legge fra seg alt det som ikke lar seg endre og for å finne den nødvendige ro i sitt eget liv. «Gjennom åndeligheten har jeg fått hjelp til å gi slipp på, legge til side, og ikke behøve å ha kontroll på alt», sier han. «Det er en som holder meg fast».

Han forteller også at det oppleves som veldig verdifullt å få være til hjelp for andre. Han har nylig hatt en erfaring med å få være tilstede og hjelpe en som livet var vanskelig for, og han opplever at den siden av fellesskapet også gir stor styrke for hans egen del.

4.4. Intervju med mann i 60-årene.

Den fjerde personen jeg intervjuet var en mann i 60-årene, som har vært aktiv i AA i 33 år. Han forteller at den åndelige dimensjonen har betydd veldig mye for ham i hans liv. Han sier at han ber hver dag og opplever at han har kontakten med Gud i orden og at det betyr veldig mye for ham. Han forteller at han vokste opp med sin barnetro og at han lærte å be aftenbønn som barn. Senere ble denne dimensjonen borte og han opplevde at han var alene tilbake med sitt alkoholmisbruk. Han sier at på de første møtene han var på i AA så reagerte han negativt på alt snakket om Gud. Motstanden ga seg imidlertid når det fikk gått en tid. Mange som starter i AA sier at de ikke tror, og så endrer det seg over tid for veldig mange. Han sier at han tror dette har sammenheng med at det hele er et kjærlighetsprogram. Gud er en god og sterk kraft. Han er et godt lys for livet. Det oppleves ikke så viktig for min informant 4 å operere med begrepet om Gud slik jeg selv oppfatter ham. Han har et godt gudsbilde og hviler i det.

Han tror ikke at tolvtrinnsprogrammet kunne fungert uten den åndelige dimensjonen. Det ville ikke bli dybde og kraft nok sier han. Han forteller at hans opplevelse har vært at det å åpne seg for den åndelige dimensjonen i livet har vært som å åpne ei dør inn til et sterkt lys, litt og litt om gangen. Først ser du ei lita stripe. Så ser du mer og mer etter hvert som døra åpner seg. I dag opplever han å leve i en sterk og god relasjon til Gud.

Han forteller videre at den sterkeste følelsen av glede som det går an å ha er opplevelsen av å være til hjelp for andre. Dette er en veldig vesentlig del av det de opplever i fellesskapet i AA. Fellesskapet betyr enormt mye fordi de forstår hverandre på en måte som ikke er mulig for mennesker som ikke har den samme erfaringsbakgrunn. Dette kommer til uttrykk ved at de som er aktive i AA har en veldig stor åpenhet for å være til hjelp til alle døgnets tider. Informant 4 forteller at han flere ganger har vært ute på

nattestid for å komme til unnsetning når mennesker har hatt behov for det. Å ringe hverandre midt på natta er helt ok. Alle vet hvordan det er når krisen er der, og det er en vesentlig side ved programmet at man vet at man har denne støtten hos de andre. Jeg spør så om hvor han tror han hadde vært uten AA. Da svarer han kort og greit: Da hadde jeg vært død og begravet. Det ville aldri ha gått uten AA. Han forteller at alle hans drikkevenner er døde.

4.5. Intervju med kvinne i 60-årene.

Den femte personen jeg intervjuet var en kvinne i begynnelsen av 60-årene. Hun forteller at hun har vært aktiv i AA i 4 ½ år. Hun sier at hun hadde vært åpen for det åndelige også før, men at den åndelige dimensjonen forsvant etter hvert som alkoholmisbruket overtok i livet hennes. Hun har gått på søndagsskole og hadde sin barnetro som lå i bunnen. Alkoholen ble en måte å rømme fra alt det vonde på. Selvbilde var etter hvert veldig dårlig og alkoholen gjorde at hun var med på ting hun ellers ikke ville gjort. Det medfører uærlighet, skam, frykt og hun opplevde til slutt at hun var fryktelig sliten. Hun levde et aktivt liv og prøvde i stadig større grad å hente seg inn gjennom flaska. Hun kan fortelle at hun har prøvd mange alternative ting for å finne ro i livet. Eksempelvis har hun vært innom healing og rosenbehandling. Til slutt var hun helt utslitt, og rettet seg oppover med en fortvilet bønn til Gud om hjelp. For henne ble det helt avgjørende å få åpne seg for noe som var større enn henne selv. Hun klarte ikke livet alene. For henne er den høyere makt Gud. Hun sier at hun i dag kaller seg kristen. Mange andre er ikke med på den biten sier hun, men de kaller ofte kraften de mottar for Gud likevel. I begynnelsen er det mange som bruker AA som sin høyere makt. Hun tror at mange er redde for de sidene ved den kristne tro som blir mer enn begrepet Gud.

Informant 5 sier at hun ikke tror at tolvtrinnsprogrammet vil kunne fungere uten den åndelige dimensjonen. Man blir ikke edru uten å ha den styrken i seg som det åndelige gir. Det handler om å våge å slippe taket og ta imot. Her trenger man en styrke av åndelig karakter. Hun sier at på mange måter er det ikke alkoholen som er den største avhengigheten. Det er alt det andre som binder oss som mennesker på en negativ måte. Det kan være mennesker, trening, arbeid eller hva som helst. Når presset blir for stort greier vi ikke lenger å stå i alle følelsene. Vi trenger en vei ut og her blir alkoholen en løsning selv om den både er dårlig og kun midlertidig. Hun forteller videre at i dag har

hun erstattet alle de vonde ordene med gode ord i sitt liv. Ord som kjærlighet, ærlighet og et mye bedre selvbilde, fordi det nå bygger på den verdi som Gud gir henne. Hun sier at et ord som kjærlighet har fått en helt ny betydning. Tidligere visste hun ikke hva det var. I dag opplever hun kjærlighet på så mange måter. Det hele er bygd på den grunnleggende kjærlighet som vi finner i Gud.

Jeg spør så om hvor hun tror at hun hadde vært uten AA. Hun svarer at hun vet ikke. Hun sier at alkoholen styrte henne fullstendig, og at den nok ville ha gjort det fortsatt. Jeg måtte komme til AA, sier hun.

4.6. Drøftelse

Et viktig utgangspunkt for menneskesynet som kom til uttrykk i de forskjellige artiklene som vi siterte i kapittel 3, var hvem som skulle bære ansvaret for et rusmisbruk. I et samfunnsperspektiv vil det ha betydning for hvilken type hjelp samfunnet skal stille opp med og i hvilken grad det skal være samfunnets ansvar å hjelpe mennesker ut av rusmisbruk. Når vi nå sammenholder de 5 intervjuene er det interessant å legge merke til at det var i det øyeblikk de ikke lenger kjente seg i stand til å ta ansvaret selv men åpnet seg for å ta imot styrke og hjelp utenfra, det var først da at de kom inn i en prosess mot tilfriskning og mestring. Som det også kommer fram i intervjuene så har de fleste alkoholikere forsøkt gang på gang å ta ansvar og prøvd å få orden på livet sitt uten å lykkes. Det kunne i seg selv bygge oppunder tanken om at det vil være riktig med mer tvangsbehandling, noe som vi vet har vært brukt spesielt tidlig i rusbehandlingen i Norge (s.22). På den annen side så ser vi av intervjuene at det understrekes betydningen av at den enkelte er åpen for å gå inn i prosessen av egen fri vilje. Det var i det øyeblikk de innså at de kom til kort i seg selv og var villig til å søke hjelp hos en makt som var større enn dem selv at de kom inn i en tilfriskningsprosess. Spesialpsykolog Helga Tveit skriver innledningsvis i sin artikkel; om at rusmisbruk opprinnelig ble sett på å ha sitt grunnlag i moralsk svikt og tilkortkommenhet hos den enkelte (Tveit 2012 s.3). Vi kunne i denne sammenhengen spørre om ikke dette i sin tid var en riktig vurdering. Vi ser jo at det er av avgjørende betydning for å komme inn i en tilfriskning at man innser sin tilkortkommenhet og selv blir eier av problemene. Samtidig må vi kunne si at det manglet en vesentlig side når man valgte å henvise til moralsk svikt. Man så ikke nærmere på hva som lå til grunn for en svikt, eller hva som lå under hos den enkelte og bidro til at man kom til kort og ikke mestret sitt liv men havnet i et rusmisbruk. Etter hvert som et mer

humanistisk menneskesyn har overtatt i samfunnet, har det også blitt en større aksept for at man må gå bak det ytre, bak selve misbruket, og se på begrunnelser og hendelser i den enkeltes liv om man skal forstå bakgrunnen for at et misbruk blir en realitet.

Vi ser videre at AA beskriver alkoholisme som en sykdom som har både fysiske og mentale utslag (Storboka 2004 s.24). Informant nr 5 som jeg intervjuet gjorde rede for at det handlet om en følelsesykdom. Det kan reises ulike problemstillinger knyttet til det å betrakte alkoholisme som en sykdom. Vi ser at forfatterne av Storboka klart vil hevde at alkoholisme er en varig sykdom som medfører at alkoholikeren aldri vil kunne ta tilbake kontrollen og drikke kontrollert (Storboka 2004 s.24). For en alkoholiker er den eneste løsningen ut fra et slikt ståsted å få bukt med bruken av alkohol en gang for alle. Et annet spørsmål vil jo være hvorvidt dette skyldes et medfødt avvik, eller om det er andre forhold som kan ha innvirket til alkoholismen. Jeg går ikke her noe nærmere inn på om det kan være grunnlag for å si at et alkoholproblem i utgangspunktet helt eller delvis skyldes et fysisk avvik. Det er imidlertid hevet over tvil at det kan være veldig mange ulike sosiale og samfunnsmessige årsaker som kan ligge til grunn for utviklingen av et rusproblem. Vi ser også av intervjuene at det var nettopp det å takle livets ulike sider som etter hvert ble vanskelig og som dannet grunnlag for et stadig større rusmisbruk. Etter hvert kom man inn i en ond sirkel. For å komme seg gjennom hverdagen utviklet det seg et voksende behov for alkohol, samtidig som tilvenningen stadig økte mengden av alkohol man trengte for å få den nødvendige tilfredsstillelse. Vi ser at det som gjerne preger et typisk alkoholmisbruk er at man har mistet kontrollen over situasjonen. Samtidig ser vi at det også er noe av grunnlaget som skal til for at man skal bli i stand til å motta nødvendig hjelp for å komme ut av et misbruk.

I artikkelen fra Spesialpsykolog Helga Tveit (Tveit 2012 s.1-43) ser vi at det finnes ulike modeller for behandling av rusmisbruk innen helsetilbudet i våre dager. Uansett vil et rusproblem ikke være en form for sykdom som lar seg løse med et enkelt medikament. Det er imidlertid et gjennomgående tema at det er viktig at misbrukeren selv er inneforstått med sitt problem. Skal man kunne få bukt med problemene så må misbrukeren selv erkjenne at han eller hun har et problem og at man er villig til å gjøre noe aktivt for å komme ut av misbruket. Alle kjente behandlingsmetoder vil måtte kreve en erkjennelse og en villighet til medvirkning fra rusmisbrukeren selv. Dette bygger oppunder at tvang er et lite egnet virkemiddel for å oppnå et varig godt resultat. Å bli

tvunget inn i en spesiell behandling vil snarere virke mot sin hensikt, selv om det kan være nødvendig i en akuttsituasjon for å redde liv når det eksempelvis foreligger en overdose.

Alle de fem informantene ga klart uttrykk for at den åndelige dimensjonen ved tolvtrinnsprogrammet var av helt vesentlig betydning for deres tilfriskning. På den måten er de med å bekrefte betydningen av at vi er hele mennesker og at det i en behandlingsprosess vil være behov både av fysisk, psykisk, sosial og åndelig karakter som trengs å bli møtt. Dette har vi jo fått understreket også i litteraturen som jeg har henvist til i oppgaven, spesielt i (NOU 1999 s.1).

Vi ser av intervjuene at det er ulike tanker om hva den åndelige dimensjonen innebærer. Informant 1 gir også spesielt uttrykk for at opplevelsen av det åndelige, og eventuelt gudsbilde, er noe som er i endring over tid. Enkelte av de som ble intervjuet hadde et klart gudsbilde som samsvarte med en kristen tro og ville også kalle seg kristne. Andre uttrykker ikke et så klart bilde av en personlig Gud, men gir likevel uttrykk for at den åndelige dimensjonen er helt avgjørende viktig for deres tilfriskning. Samtidig er det interessant og legge merke til at ingen av de spurte har noe særlig tro på et tolvtrinnsprogram uten den tydelige åndelige dimensjonen. Under avsnittet om ulike behandlingsmetoder så vi at et slikt opplegg er nevnt. (Tveit 2012 s.26-29). Her beskrives et tolvtrinnsprogram basert på AAs program men med et åndelig perspektiv som er vesentlig avsløpet i forhold til AAs program. I programmet som beskrives her er den åndelige dimensjonen mer i retning av å finne en mening med livet generelt slik at man kan skape grunnlag for livslust, mer enn det direkte handler om å ta imot åndelig styrke utenfra seg selv. Det er interessant at alle de 5 informantene har liten tro på en slik modell. De gir uttrykk for at de har vært avhengig av en åndelig styrke som de måtte ta imot utenfra seg selv. Uansett hvordan de definerer Gud, så har de et behov for å forholde seg til en størrelse som er større enn dem selv. Informant 3 viser til at selve fellesskapet i selvhjelpsgruppa for mange kan utgjøre den åndelige biten for mange nykommere, særlig den første tiden. Det kan se ut til at det største behovet i første omgang handler om noe som kommer utenfra og som er større enn dem selv. Selvbildet er som vi har vært inne på tidligere svært lavt hos en som sliter med alkoholmisbruk. I flere av intervjuene kommer det så fram at det for mange over tid utvikles en opplevelse av den åndelige delen av programmet til å være helt sentral for å komme inn i en tilfriskning. Dette er uavhengig av hvordan man definerer åndeligheten, og om man har et konkret gudsbilde eller ikke.

Uansett er det tydelig at man har en bevissthet om hvor sterke krefter man kjemper imot. Når man sammenholder det med opplevelsen av sin egen styrke så er konklusjonen at man kommer til kort. Man opplever behovet for å kunne motta styrke utenfra. Kanskje er dette en opplevelse som best forstås blant de som selv har vært rusmisbrukere. Det kan være med å forklare at de ikke har tro på et tolvtrinnsprogram uten en klar åndelig dimensjon, de tror rett og slett ikke at den vil ha nok styrke i seg.

Ut fra intervjusamtalene går det tydelig fram at mange rusmisbrukere i tillegg til å slite med sitt eget selvbilde også sliter med gudsbilde. Samtidig som man er i sterkt behov av å bli sett og motta styrke fra en kraft utenfor seg selv, så har man ofte på den annen side store problemer med å forholde seg til en god Gud. En som ser verdien av mitt liv og som ikke bare elsker på grunn av, men på tross av – alt som har gått galt. Det må være hevet over tvil at det fortsatt hefter mye fordommer mot rusmisbruk i vårt samfunn. Vi har sett at misbruk fra den tidlige rusbehandling ble sterkt knyttet opp mot en moralsk brist hos den enkelte (Tveit 2012 s.3). Selv om det har skjedd en sterk utvikling både innenfor menneskesyn generelt og også overfor rusmisbrukere spesielt, så henger det fortsatt mange fordommer igjen i samfunnet vårt i forhold til rusmisbruk. Dette bidrar utvilsomt til at den enkeltes selvbilde og opplevelse av egen verdi blir sterkt svekket. Da byr det også på problemer å skulle tro på en god Gud som elsker helt ubetinget. Det er en problemstilling mange mennesker også uten noe rusproblem vil kjenne seg igjen i. Mangel på kjærlighet og de gode verdier i livet, er nettopp noe av det som kjennetegner en rusmisbrukers liv i følge en av dem jeg intervjuet. Vi ser at det er en dobbelthet her som er komplisert. På den ene side er man så sterkt i behov av å oppleve seg verdsatt, det at det faktisk finnes en makt større enn dem selv som elsker betingelsesløst helt uavhengig av den enkeltes svikt. Samtidig er det å tro på en slik makt så vanskelig nettopp fordi man opplever fordømmelsen av sitt eget liv så sterkt både fra andre og fra seg selv. Vi må kunne si at desto sterkere fordømmelsen oppleves over eget liv, desto større blir behovet for å erfare en kjærlig makt som er større enn en selv og som elsker på tross av. Samtidig vet vi at det er mange som sliter med gudsbilde nettopp fordi de har vært en del av et miljø eller har hørt mye forkynnelse som har fokusert på en streng og dømmende Gud, noe som lett bygger oppunder deres eget dårlige selvbilde.

Et annet forhold som det er verdt å legge merke til ved intervjuene er svarene på hvor de tror de ville ha vært i dag hvis de ikke hadde kommet med i AA. 4 av de 5 svarer

umiddelbart at de tror de ville ha vært død uten hjelpen de har fått gjennom AA. Den femte nøyer seg med å se på døden som en mulighet, men konstaterer at også hun ville ha vært veldig langt nede. Ingen av de som ble intervjuet har tro på at de ville klart å komme seg på fote igjen på egen hånd. Dette er også interessant sett i forhold til resultatene fra undersøkelsen til Kristensen og Vederhus som er sitert ovenfor. Et sentralt resultat ved denne undersøkelsen var at det etter to år var en vesentlig forskjell i forhold til rusfrihet hos de som hadde vært aktive i selvhjelpsgrupper og de som ikke hadde vært det (Kristensen/Vederhus 2005 s.5 og 6). Vi ser på denne bakgrunn at det er et tydelig samsvar mellom denne undersøkelsen og det som intervjuene gir uttrykk for. Alle de 5 informantene understreker sterkt hvor avgjørende det har vært for dem å bli en del av en selvhjelpsgruppe innenfor AA. Vi ser at 4 av 5 direkte uttrykker at det har vært avgjørende for at de er i live i dag. Det er sterke uttalelser, men det er likevel vanskelig å se noen grunn til at det ikke skulle være nettopp slik de opplever virkeligheten. Det forteller også noe viktig om hvor langt nede de opplever at de har vært før de kom inn i en tilfriskning.

Det leder også tankene inn i et annet forhold som det er verdt å merke seg ut fra intervjuene. Alle understreker betydningen av å få være til hjelp for hverandre og det sterke fellesskapet som eksisterer i gruppene innen AA. Det oppleves utvilsomt som noe av styrken i selvhjelpsgruppene at det nettopp er rusmisbrukere som er hjelperne også for de som kommer til. Det er de som er ekspertene. De som har kjent på sin egen kropp og i sitt eget sinn hva dette handler om og som er i stand til å snakke det samme språket og forstå hva en nykommer bærer med seg. Min informant 2 ga også klart uttrykk for at det hadde betydd svært mye for henne i en vanskelig og helt konkret situasjon at hun visste at det var ei som ventet på henne og trengte hennes hjelp, for at hun selv skulle komme videre i sin tilfriskning. Vi ser at relasjonene som bygges innad i selvhjelpsgruppene utgjør en positiv spiraleffekt. Den som selv har bakgrunn som rusmisbruker er den beste hjelp en nykommer kan få, nettopp fordi man sitter på den samme erfaringsbakgrunn. Samtidig utgjør det en positiv bekreftelse og blir en styrke i seg selv også for den som er til hjelp. På denne måten får man brukt seg selv og sine egne erfaringer, noe som i seg selv er viktig for ethvert menneske. Helt spesielt er det av stor betydning for en som er i en tilfriskningsprosess og som kjemper med å bygge opp et selvbylde som har vært dårlig. Alle mine informanter ga sterkt uttrykk for at det hadde betydd svært mye for dem å oppleve å få være til hjelp for andre rusmisbrukere.

4.7 Oppsummering

Jeg har i dette kapitlet presentert de fem intervjuene som jeg har foretatt med aktive medlemmer av selvhjelpsgrupper innenfor AA. Videre har jeg forsøkt gjennom en drøftelse å sammenholde noen av kjernepunktene fra intervjuene med det teoretiske materialet som jeg har presentert tidligere i oppgaven. Jeg finner det interessant å kunne konstatere at det ser ut til å være godt samsvar mellom svarene jeg fikk i intervjuene og det som har kommet fram gjennom artiklene og bøkene som er presentert i forhold til betydningen av å regne med en åndelig dimensjon i rusbehandling.

5. METODISTKIRKENS HELLIGGJØRELSESLÆRE

I dette kapitlet vil jeg forsøke å gjøre rede for Metodistkirkens helliggjørelseslære og hvordan den har betydning for kirkens menneskesyn, som igjen også innvirker på vårt engasjement i forhold til sosiale spørsmål.

5.1 Beskrivelse av helliggjørelseslæren

Når vi ser nærmere på Metodistkirkens lære om frelsen, så er det viktig at vi tar utgangspunkt i skapelsen. (Meistad 1992 s.49). Her gjør Meistad rede for at det innenfor vestlig teologi har vært vanlig å sette et skille mellom mennesket og resten av skaperverket. Han understreker videre at et slikt skille ikke er mulig, noe han gjør rede for i sin bok. Han sier at menneske, samfunn og skaperverk er alle deler av samme hele og at dette er en tenkning som har stadig større gjennomslag i vår tid også i den vestlige verden. Meistad hevder at det klare skille mellom mennesket og resten av skaperverket var noe som kom inn gjennom gresk filosofi, spesielt Platons lære om at sjelen ikke har noe med naturen å gjøre. Dette er ikke noe vi finner grunnlag for i bibelsk tenkning. Tvert imot så viser allerede 1.Mosebok at Bibelen ikke ønsker å være noen lærebok i naturvitenskap, dens formål er å åpenbare Gud for menneskene (Meistad 1992 s.50). 1.Mosebok presenterer to til dels ulike skapelsesberetninger, som viser at hovedpoenget er **at** det ble skapt, og av **hvem** og **hvorfor**. Det viktige var ikke **når** og **hvordan** skapelsen fant sted. Skapelsens høydepunkt var skapelsen av mennesket, noe som skjer ved at den jordiske materien smeltes sammen med noe av det guddommelige. Denne nye enheten utgjør mennesket. Skapt i Guds bilde. Denne billedligheten med Gud har ikke noe med utseendet å gjøre, men forteller om at noe av Guds vesen er nedlagt i mennesket slik det er skapt (Meistad 1992 s.51). Meistad henviser også til Paulus når han hevder at kroppen er et tempel for Den Hellige Ånd (1.Kor.6:19). Her kan det ikke bety at kroppen er et slags hus som ånden bor i. Et riktigere bilde må være å sammenligne med lyset og lysestaken. En helhet hvor lysestaken holder lyset opp slik at det lyser langt (Meistad 1992 s.53). Når vi på denne måten understreker skapelsen som en viktig hendelse her, så er det fordi den i metodistisk teologi er utgangspunktet for frelsen, og ikke syndefallet isolert sett. Frelsen er Guds nådige verk, gitt for å gjenopprette shalom-tilstanden fra skapelsen. Frelsens hensikt er med andre ord å gjenopprette den helheten i skaperverket som har gått tapt (Meistad 1992 s.106). Å frigjøre menneskene fra deres skyld er bare en del av

frelsen, det handler også om å frigjøre fra syndens makt og gjenskape den tilstanden av helhet og frihet som var gitt i skapelsen. Utgangspunktet for tenkningen er ikke så mye en rettstenkning hvor det viktige er at det skal sones for en skyld, men mer en helsetenkning. Det som er sykt skal heles og bli friskt igjen (Lukas 5: 31). Jesus kom først og fremst av hensyn til de som ikke levde et helt liv. Han kom for å dele Guds rike.

Dette har nær sammenheng med at John Wesley, som regnes som Metodistkirkens far, også hadde sterk innflytelse fra østlig teologisk tenkning. At religion dypest sett handler om å få del i guddommelig natur (Meistad 1992 s. 92). Ikke i den forstand at mennesket blir Gud, men at man får del i kraften og lever i kraftfeltet av Guds nåde. 2.Peter 1:4 er her et sentralt bibelvers for denne tenkningen. En annen viktig tekst er Joh. 3:1-21 om Jesu samtale med Nikodemus. Her snakker han om å bli født på nytt for å se Guds rike. Det er Guds gjerning for at mennesket skal kunne leve og utfolde seg i hans rike (Meistad 1992 s.93). Den nye fødselen innleder forvandlingsprosessen som skjer hos et menneske som kommer til tro (Meistad 1992 s.94). Mennesket blir ved Guds nåde trukket inn i en prosess av fornyelse mot det gudsbilde som vi en gang er skapt til å leve i, Ef.4:24. De første kristne ble omtalt som de som fulgte veien. De var på en vandring mot et mål. De hadde ikke enda nådd fram, men de bar kraften i seg som ledet mot stadig større nærhet med Gud.

Begrepet helliggjørelse blir å betrakte som det som skjer i mennesket mens man befinner seg underveis på denne veien. En naturlig prosess vil være at man har tatt imot troens gave, lærer stadig mer om Guds rike og blir preget av et liv i fellesskap med Gud og med andre troende. I forbindelse med helliggjørelsen er det et begrep som særlig har vært mye omdiskutert, nemlig begrepet fullkommenhet som Paulus bruker i Fil 3:12-15. I dette tekstavsnittet brukes to ulike begrep på gresk som gjør at det lett skapes en motsigelse når man oversetter begge med det samme ordet på norsk, nemlig fullkommenhet (Meistad 1992 s.96-97). Her understrekes at en naturlig tolkning også ut fra å henvise til Fil.3: 10-11, er «vi som tilhører målet». Som Paulus selv uttrykker det så har han ikke nådd fram til målet, det kommer først ved oppstandelsen fra de døde. Likevel lever han i kraften av Kristi oppstandelse, Fil.3: 10. På denne måten blir det å leve i en helliggjørelsesprosess noe som helt og holdent bygger på Kristi kraft, og slik sett heller ikke noe som er et teologisk problem. Hva som ligger i det å ta imot frelsen er imidlertid noe som skaper et skille mellom luthersk og metodistisk tenkning. Mens Luther i svært liten grad ser for seg at det skjer noen utvikling hos den kristne før man har del i oppstandelsen ved Jesu gjenkomst, så regner Wesley i høy grad med at det skjer en virkelig forvandling av

synderen etter hvert som den troende vokser nærmere Gud. Alt sammen virket av Guds nåde (Meistad 1992 s. 97). Hos Luther står imidlertid læren om den kristne som samtidig rettferdig og synder i veien for en slik tenkning.

Efeserne 2: 8-10 er et viktig avsnitt for å begrunne hva troen innebærer i metodistisk teologi (Meistad 1992 s.98). Her sies det helt klart at troen er en Guds gave. Den hviler ikke på menneskelige gjerninger. Derimot står det at vi er skapt i Kristus Jesus **til** gode gjerninger. Gjerningene våre og hvordan vi lever er altså en naturlig følge av at troens gave er levende i oss. Troen er ikke en intellektuell prestasjon men å motta Guds rettferdighet som gave av hans uendelige nåde (Meistad 1992 s.99). Samtidig er ikke det å tro bare en passiv handling. Det er mennesket som er subjektet i en setning om å tro. Det innebærer det helt naturlige elementet av at trosgaven gjør noe med oss som mennesker. Vi både erfarer troens gave og troen engasjerer slik at vi kan leve ut livet som vi har fått del i.

Troen vil alltid bære med seg et element av å strekke seg utover de erfaringer som denne verdens virkelighet gir oss. Samtidig er troen en nøkkel til å åpne seg for Guds verk på alle plan i livet og bygger ikke på noen måte på menneskelig prestasjon. Troens handlinger blir menneskets naturlige respons på Guds nåde (Meistad 1992 s. 100). Meistad skriver at en levende tro er nært knyttet til kjærligheten. Selv om frelsen i utgangspunktet ikke har noe med gjerninger å gjøre, så vil den føre til gjerninger (Gal.5.6). Troen er ikke et mål i seg selv, men et instrument som Gud bruker i forvandlingen av mennesket. Paulus oppfordrer i Gal. 5: 16 om å leve et liv i Ånden. Videre understreker han i Gal. 5: 25 «Har vi fått livet ved Ånden, så la oss også leve ved Ånden.» Åndens verk er en levende realitet og frelsen gjør noe med den enkelte som lever i tro (Meistad 1992 s. 106).

Meistad skriver at perspektivet om at frelsen gjør mennesket helt, har vært grunnleggende for forståelsen av frelsen til alle tider (Meistad 1992 s.106). Det finnes eksempler på ulike språk hvor dette kommer til uttrykk. På tysk brukes ordet «heilen» om frelse. På svensk har vi en nyanseforskjell med to ord for helbredelse. «Helande» som omhandler det som gjør mennesket helt i en total mening, og «helbrägdagörelse» som er helbredelse i en begrenset medisinsk forstand. At begrepene helse og frelse står i en sammenheng finner vi mange steder i Det nye testamente. Eksempelvis hvor Jesus understreker at det ikke er de friske som trenger lege. Lukas bruker begrepet friske, mens både Matteus og Markus bruker et begrep som direkte kan oversettes med «hele». Det er ikke de som er «hele» som trenger lege. Meningen kan det uansett ikke være tvil om. Jesus kom for at vi alle

skulle få leve et helt liv. I Det gamle testamentet er det forestillingen om shalom som preger helhetstenkningen. Det handler om opprettelsen av fredsriket som egentlig er en gjenopprettelse av tilværelsen i paradiset og av det ideelle menneskelige samfunn (Meistad 1992 s.107). Tekstene hos profeten Jesaja understreker Åndens betydning for denne shalom-tilstanden. Lukas tegner på mange måter bilde av shalom-kirken når han beskriver den første kristne menighet i Ap.gj. 2. Den hellige ånds gjerning skaper en fullkommen harmoni.

Paulus skriver om å leve i kraften av Kristi oppstandelse, Rom.6:3-11. Her blir oppstandelsen ikke primært beskrevet som noe som skal skje en gang i fremtiden etter den fysiske død. Her beskrives et liv som er fylt av Kristi oppstandelseskraft og i tjeneste etter hans gode vilje i den verden vi lever. Det er en nær sammenheng med livet i Kristus og tjenesten i denne verden. Videre leser vi i Rom.6: 22-23 om hvordan mennesket er blitt frigjort fra synden. Her ligger noe mer enn å være satt i frihet fra syndens skyld. I Rom.6:20 skriver Paulus om «den gang» dere var under synden. Mens i vers 22 slår han fast at «nå er dere frigjort fra synden og er blitt tjenere for Gud.» Paulus skriver videre at frukten av dette er helliggjørelse som fører fram til et evig liv (Meistad 1992 s.108). Paulus understreker også i Gal.5 den frihet som Kristus har frigjort oss til å leve i. Her beskriver han å være fri fra slavekåret under syndens åk, og kunne leve i tjeneste for sin neste. Det hele kulminerer i Gal. 5: 14 med: «du skal elske din neste som deg selv.» Paulus utfordrer videre i Gal. 5 til å leve et liv i Ånden. Han beskriver hva som er Åndens frukter og hva som står Ånden imot. I Gal.5: 25 sier han: «Lever vi ved Ånden, så la oss også vandre i Ånden.» Det er tydelig at Paulus ser for seg at livet som kristne er en vandring i Åndens kraft. Gitt oss gjennom Jesus Kristus til liv og tjeneste. Vi er kalt til å tjene i denne verden i den forvandlingens kraft som Kristi oppstandelse har gitt oss del i. Denne helliggjørelsesprosessen er en livslang vandring som ikke bygger på menneskets egne prestasjoner, men på det liv som er gitt oss i Jesus Kristus.

Vi må kunne si at helliggjørelsen i metodistisk teologi uttrykker fornyelsen av skapelsen som ligger i visjonen om Guds rike (Meistad 1992 s.190). Rettferdiggjørelsen handler om det formelle forholdet til Gud, mens helliggjørelsen trekker den enkelte inn i Guds nådes kraftfelt og skaper en forvandling ved Åndens gjerning, slik det også kommer til uttrykk i 1.Kor.5:17. I denne sammenhengen er det viktig å ha med oss at nåden i metodistisk teologi er et mer utvidet begrep enn i tradisjonell vestlig teologisk tenkning. Her har John Wesley hentet inspirasjon fra østlig teologi. I østlig teologisk tenkning ligger det en

forutsetning om at mennesket bare er et sant menneske når det lever i Gud (Meistad 1992 s.190). Menneskets natur kommer til sin utfoldelse som en følge av Guds nåde. I vestlig teologi står ofte natur og nåde i et motsetningsforhold. Slik er det ikke innenfor østlig tenkning. I østlig teologi framstår natur og nåde som begreper som står i et dynamisk, levende og nødvendig forhold mellom Gud og mennesket. Guds nåde innebærer ikke bare å rettferdiggjøre mennesket fra dets synders skyld, det innebærer også kraft til å leve og vokse i Guds nærhet slik det er gitt oss del i i Kristus.

Helliggjørelsen er ikke en engangshandling, men tvert imot en prosess som foregår i en livslang utvikling på veien mot det evige mål i oppstandelsens morgen da alt skal være nytt. Dette innebærer en tanke om at menneske utvikler seg og utfolder seg i stadig større grad ettersom Guds natur får komme til og sette sitt preg på et menneskes liv (Meistad 1992 s.192). Vi kjenner alle til hvordan mennesker som lever sammen over lang tid setter sitt preg på hverandre og får innflytelse på hvordan hver enkelt lever og utvikler seg i sitt liv. I denne sammenheng er det helt naturlig å tenke at et menneske som lever i og gjennom Guds Ånds kraft blir preget og det får konsekvenser for den enkeltes livsutfoldelse. Det fører oss også over til å nevne etikkens plass i metodistisk teologi. Utgangspunktet er at troen er virksom i kjærlighet, Gal.5:6. Etikken er en frukt av troen, og sånn sett kan man ikke skille mellom teologi og etikk. Det har organisk sammenheng. Kristen etikk handler om å leve troens liv ut i praktisk handling. På dette område står også metodistisk teologi i sammenheng med østlig teologi (Meistad 1992 s.193). Mennesket får del i Guds natur, og det gir seg derfor utslag i etiske handlingsmønstre, ikke som en streng legalisme men som en naturlig følge av Åndens virke i ens liv.

Randy Maddox bruker et bilde i sin bok som gir en enkel men talende beskrivelse av helliggjørelsesprosessen (Maddox 1994 s.151). Her beskriver han en dans mellom Gud og mennesket hvor Gud alltid er den som fører og tar det første steget. Samtidig er det helt nødvendig at mennesket følger og responderer med sine steg for at dansen skal kunne utvikle seg og ikke stoppe opp. I all sin enkelhet opplever jeg det som en god beskrivelse av det dynamiske forholdet som et liv i Guds gjenoppbyggelsesprosess for sin skapning innebærer. Gud er den som holder fast og fører an, samtidig som mennesket utfordres til å følge med og leve ut det som Gud leder inn i.

Her er det også naturlig å nevne en annen side ved nådebegrepet i metodistisk teologi. Nemlig den «forutgående nåde». Kjernepunktet i denne tenkningen innebærer at det alltid er Gud som er først ute. Det var Gud som en gang skapte. All vår kontakt med ham i ettertid er å regne som respons på at han henvendte seg til oss først. I sin nåde kommer han til hver enkelt av oss og vi kan respondere og leve i det kraftfeltet som han har gitt oss gjennom oppstandelsen i Kristus (Meistad 1992 s.67-70). Ut fra denne tankegangen kan vi si at Gud kommer ethvert menneske i møte med sin nåde og ønsker å åpne sitt rike for hver enkelt. For John Wesley hadde også denne forutgående nåden en annen funksjon. Den gjør det også mulig for menneskene å erkjenne Guds kraft og vilje, og på den bakgrunn velge å gjøre det gode. For Wesley er allmenn etikk på denne bakgrunn ikke et resultat av noen iboende krefter i mennesket selv, men av Guds nåde. På den måten forankrer han den allmenne etikken i Gud nåde og ikke i skapelsen (Meistad 1992 s.70).

5.2 Metodistkirkens sosiale prinsipper

United Methodist Church, som Metodistkirken i Norge er en del av, har et sett med sosiale prinsipper som er vedtatt av kirkens høyeste organ Generalkonferansen. Disse revideres med jevne mellomrom. Prinsippene er retningslinjer og et uttrykk for hva kirken ønsker å stå for i ulike sosiale og samfunnsmessige spørsmål (BoD 2009 s.113-143). Prinsippene bygger på en Wesleyansk tenkning om at troen på en helt naturlig måte skaper frukter i form av sosialt engasjement og gode gjerninger. For Wesley er det helt uaktuelt å tenke at tro og nåde skulle erstattes av et sett med gode gjerninger. For ham handler det om at den troende kommer i et disippelskapsforhold til Gud og at når et slikt forhold kommer i funksjon så vil det helt naturlig medføre frukter av engasjement og handling. Vi kan her raskt trekke linjer til det vi har snakket om angående å leve i en helliggjørelsesprosess. Å leve i en vandring underveis mot Guds evige rike, hvor man lever i en dynamisk og utviklende relasjon til Gud som er levende tilstede gjennom sin Hellige Ånd. Vi har tidligere sett på metodistkirkens tenkning om at mennesket er en helhet, sammensmeltingen av kropp og sjel er det som utgjør det spesielt menneskelige (Meistad 1992 s.52). Dette medfører at livet som sådan er Gudvillet, og at alle sider ved menneskelivet har en naturlig plass i vårt møte med skaperen. Sosialt ansvar og hvordan vi lever våre liv i forhold til hverandre som mennesker har alltid stått sentralt i Metodistkirken. Det er kirkens sosiale prinsipper et tydelig uttrykk for. De første prinsippene ble vedtatt i 1908 (BoD 2009 s.113). Prinsippene tar opp en rekke temaer i

forhold knyttet til livet i denne verden. Alt fra hvordan vi ivaretar naturen og miljøet til ulike etiske spørsmål i forhold til familie og nære relasjoner. Videre omhandles ansvar i forhold til sosiale spørsmål i samfunnet. Rettigheter for utsatte grupper og rasemessige spørsmål. Her tas også opp problemstillinger i forhold til økonomi og politikk og konfliktstoff knyttet til krig og fred.

Som en naturlig del av de sosiale prinsipper tas det også opp spørsmål knyttet til rusproblematikk. Metodistkirken har gjennom hele sin historie hatt tradisjon for å være restriktiv til alkohol og rusmiddelbruk. Når kirken anbefaler å avholde seg fra alkoholbruk så er det ikke fordi alkoholen i seg selv er syndig eller representerer noe galt. (BoD 2009 s.126). Bakgrunnen er alle de sosiale problemer og utfordringer som alkoholmisbruk medfører. Man har ment at den beste måten å motarbeide de store sosiale problemene på er å gå foran som forbilder og skape en motkultur. En slik restriktiv holdning strekker seg tilbake til John Wesleys tid. For ham var det et ledd i fattigdomsbekjempelsen. Han gikk i spissen for at kornet måtte brukes til matproduksjon slik at ingen behøvde å sulte, i stedet for å bruke korn til ølbrygging. Meistad viser også til alle de sosiale og familiemessige problemer som alkoholmisbruk fører til i de aller fleste samfunn. Faren for ulykker og skader forsterkes også vesentlig som følge av rusmisbruk, noe som også er en aktuell faktor i å begrunne et avhold. Det er med andre ord rene sosiale forhold som har ligget til grunn for at Metodistkirken har en lang tradisjon i å bekjempe rusmisbruk. Samtidig er det på linje med andre sosialetiske spørsmål et ansvar den enkelte selv må ta, i forhold til den sosiale virkelighet man lever i.

Metodistkirkens sosiale prinsipper utfordrer til å være med å ta ansvar i det samfunnet som omgir oss. I denne sammenhengen må vi også kunne se det omtalte recovery-arbeidet som bl.a. innbefatter sinnsrogudstjenester som et ledd i å forsøke å være tilstede for mennesker i vår tid.

5.3 Oppsummering

I dette kapitlet har jeg forsøkt å presentere Metodistkirkens helliggjørelseslære og hvordan den har innvirkning på synet på mennesket og dets forhold til Gud. Som vi har kunnet se så handler helliggjørelseslæren om en livsvarig prosess hvor mennesket er i en stadig levende og utviklende relasjon med Gud. Det bygger på troen og erfaringen av at Den Hellige Ånd er levende til stede i menneskenes virkelighet her og nå. Kristi oppstandelse har gitt oss del i Guds rikes kraft, og vi får ta imot styrke til liv og utvikling på bakgrunn av hans uendelige nåde. Personlig ansvar og sosialt engasjement følger som en helt naturlig del av en slik prosess. Det har dannet bakgrunn også for Metodistkirkens sosiale prinsipper, som er noe unikt blant verdens kirkesamfunn.

6. DRØFTELSE

I dette kapitlet ønsker jeg primært å sammenholde metodistisk helliggjørelseslære med AAs tolvtrinnsprogram. Mitt utgangspunkt for drøftingen er å se på felles elementer i tolvtrinnsprogrammet og den prosessen som ligger til grunn for metodistisk helliggjørelseslære. Samtidig ønsker jeg å sammenholde dette med teorien og empirien som jeg tidligere har gjort rede for. Min informant nr 2 i intervjuundersøkelsen understreket sterkt at dette handler om et åndelig program. Dypest sett er hele tolvtrinnsprogrammet en søken etter Gud, sier hun. Det handler om å finne svar på de dypeste eksistensielle spørsmål i livet. Å få se sin egen verdi som menneske og få kraft fra en høyere makt til å leve livet slik det arter seg her og nå.

6.1 John Wesleys varme hjerte

Den 24.mai 1738 hadde John Wesley en skjellsettende opplevelse som endret hans liv. Ytre sett var det ikke noe dramatisk som skjedde, men han oppsøkte et møte hos moravianerne, hvor det ble lest fra Luthers fortale til romerbrevet. Wesley beskriver selv at han med ett følte sitt hjerte så forunderlig varmt (Chesnut 2006 s.25). Fram til denne dagen hadde han vært en rigid intellektuell slik han selv framstiller det. Han hadde vært opptatt av hvordan han kunne tilfredsstille Gud ved å leve opp til alle normer og bud. Denne dagen kjente han for første gang at Guds nåde hadde satt ham i full frihet. Han var elsket av Gud akkurat slik som han var. Det ga ham en indre fred og lykke som gjorde at han kjente sitt hjerte så varmt. Chesnut skriver i sin bok at Wesley fra denne dagen fikk et nytt perspektiv på hvem Gud egentlig er og hva hans åndelige kraft kan utføre i menneskers liv (Chesnut 2006 s.25). Det er liten tvil om at denne erfaringen i Wesleys liv fikk stor betydning for hans videre tjeneste og at den også har hatt stor betydning for hans lære om helliggjørelsen. Her står jo det å komme inn i Guds nærhet og ta imot fra ham det man trenger av styrke og kraft for å leve og vokse som menneske helt sentralt. Den betingelsesløse kjærligheten fra Gud som Wesley opplever her for første gang i sitt liv blir helt avgjørende for hans videre liv og virke. Chesnut trekker også fram i sin bok at denne erfaringen av betingelsesløs kjærlighet ble trukket frem og fikk betydning både innenfor Oxfordgruppene og blant de første AA-gruppene (Chesnut 2006 s.26-27).

Kenneth Carder bruker i sin bok et enkelt men talende bilde på tankegangen knyttet til Guds nåde som ligger til grunn også for læren om helliggjørelsen (Carder 2009 s.81). Det

er jo et helt avgjørende utgangspunkt for Wesley at alt er av bare nåde. Carder beskriver et hus og sier at verandaen som befinner seg på utsiden av huset, men som likevel tilhører huset, kan være et eksempel på den forutgående nåde. Deretter beskriver han døra inn i huset som den rettferdiggjørende nåde. Det er den avgjørende åpningen i Jesus Kristus som setter menneske fri og som utgjør Guds forsoning med den verden han har skapt og bringer Guds rikes kraft inn i vår virkelighet. Rommene inne i huset hvor Guds nærvær er sterkt og levende kan så beskrive helliggjørelsen. Rettferdiggjørelsen er i Wesleys tankegang bare døra inn til et liv i Guds altomfattende nåde.

6.2 Kristne grunntrekk ved tolvtrinnsprogrammet

Et annet forhold som jeg ønsker å trekke fram ved innledningen av denne drøftelsen er hvordan vi kan gjenkjenne sentrale kristne begrep og grunntanker i AAs tolvtrinnsprogram. Når vi går de tolv trinnene nærmere etter i sømmene så kan vi se at de er uttrykk for grunnleggende tanker og begreper for kristen tenkning. Grovt sett kan jeg tenke meg å skissere trinnene inn i 5 hovedkategorier av kristen grunnforståelse. Jeg henviser her til min gjennomgang av de 12 trinn i kapittel 2. Her er det også henvist til de 12 trinn slik de er formulert i Storboka (Storboka 2001 s.47).

Vi må kunne si at det 1.trinnet i tolvtrinnsprogrammet er et uttrykk for det å erkjenne sin egen tilkortkommenhet. Dette kjenner vi godt igjen fra generell kristen tenkning. Hvis vi skal kunne åpne oss for å møte Gud så er første steg at vi erkjenner at vi har begrensninger i oss selv, og at vi er villige til å innse at det finnes en dimensjon som er større enn oss. I dette ligger også den kristne erkjennelsen av at vi er syndere, at vi med våre liv har feilet på det målet som Gud har satt for oss og at vi er i behov av hans nåde.

Videre må vi kunne kategorisere 2., 3. og 4. trinn som den del av programmet hvor det handler om å åpne seg for Gud eller for den høyere makt uavhengig av hvordan man definerer Gud. Dette er også et naturlig ledd i utviklingen av en kristen tro. Som følge av erkjennelsen av egen tilkortkommenhet åpner man seg for at det finnes en Gud som er større enn en selv. Det handler om å utvikle tro og tillit til han som er skaperen. At han har kraft til å gripe inn i mitt liv og at jeg trenger å åpne meg for Guds vilje med mitt liv. Den kristne troens kjerne er å åpne seg for at det finnes en åndelig dimensjon som angår mitt liv og som strekker seg utover den materielle virkelighet som vi befinner oss i.

Når man så har valgt å ta imot Kristus i sitt liv som Frelser og Herre er det en naturlig følge av dette at en også foretar en selvransakelse over eget liv, noe som vi også kjenner igjen i det 4. trinnet i tolvtrinnsprogrammet.

Trinn 5, 6 og 7 omhandler det å ta et oppgjør med Gud. I det femte trinnet går det direkte på å innrømme sine feil overfor Gud uten å holde noe tilbake. Trinn 6 og 7 handler om å la Gud rette opp det som har gått galt, og fjerne feilene fra våre liv så vi kan få en ny start og komme på rett vei. Dette er jo en klar parallell til det å be Gud om tilgivelse i en kristen kontekst. Det er jo en grunnleggende tanke i det å ta imot Guds rike og la ham være Herre over våre liv at vi ber ham om tilgivelse for det som vi har gjort av synd og urett. Det er interessant at også dette perspektivet er så direkte adoptert også i tolvtrinnsprogrammet, til tross for at man ikke uten videre definerer Gud som den kristne Gud slik Bibelen fremstiller ham. Det er tydelig at de som utarbeidet de tolv trinnene opplevde at det var et viktig ledd i prosessen de ga seg inn i at de fikk erkjent alle sine feil og mangler. Alt det som hadde gått galt i livet måtte opp og fram for at de skulle kunne få tatt et oppgjør med det og få lagt det bak seg. Det er tydelig at de har en klar oppfatning av at det bare er ved at dette blir gjort på en ærlig og oppriktig måte at kan de bli i stand til å legge bak seg det som bryter ned i deres liv og komme videre i en positiv utvikling. Samtidig ser vi også tydelig at de har et behov for å rette sitt oppgjør mot en høyere makt. Det er ikke nok bare å erkjenne for sin egen del. Det femte trinnet inneholder en klar erkjennelse overfor Gud, seg selv og et annet menneske. I formuleringen er det også skrevet i denne rekkefølgen med Gud først. Jeg oppfatter at dette er en klar pekepinn i forhold til hvordan den åndelige dimensjonen oppleves av de som arbeider med de tolv trinn i sitt liv. Dette understrekes jo også gjennom alle de 5 intervjuene som jeg har gjort rede for. Alle 5 var helt klare i forhold til at det var den åndelige dimensjonen som utgjorde en avgjørende forskjell for deres tilfriskning. Ingen av dem så for seg at programmet kunne fungere uten at den åndelige dimensjonen var en sentral del. Videre ser vi også at det femte trinnet innebærer å innrømme også overfor et annet menneske. Vi vet alle hvordan et oppriktig og ærlig oppgjør mellom mennesker er det som ofte skal til for å kunne legge forhold bak seg og komme videre i sin relasjon.

Det som omhandler oppgjør mellom mennesker fører naturlig over til trinn 8 og 9. Disse omhandler nettopp det å gjenopprette og gjøre godt igjen alt det som er mulig å reparere

av både fysiske, sosiale og mentale skader hos omgivelsene som følge av rusmisbruket. Det vil jo variere sterkt hvor mye som lar seg reparere fra et tilfelle til et annet, men grunnleggende sett omhandler det vel primært viljen til å gjøre godt igjen det man har ødelagt. Dette har jo sin klare parallell i å leve ærlig og oppriktig og å ta ansvar for våre medmennesker ut fra et kristent perspektiv. Her har vi mange eksempler fra Det nye testamente som utfordrer oss til å ta ansvar for hverandre og gjøre det gode overalt hvor vi har en mulighet. Jesus selv var jo forbilde i å være et medmenneske som så og tok ansvar for menneskene rundt seg, og det til tross for at han ikke var i den situasjonen at han hadde behov for å gjøre opp for noe som var gått galt.

Trinn 10, 11 og 12 omhandler livet videre. Hvordan man vil fortsette å leve i selvransakelsen og være ærlig i alle ting. Ta et oppgjør så fort noe har gått galt slik at ikke negative impulser får feste seg og reversere tilfriskningen. Det handler også om å søke Guds vilje med sitt liv, å leve og formidle det nye livet man har fått del i til sine omgivelser. Her ser vi jo tydelig hvordan dette samstemmer med en allmenn kristen tenkning i forhold til å levendegjøre Guds gode vilje med våre liv inn i de fellesskap og det samfunn som vi lever i. Det å ha tatt imot Jesus Kristus som sin Herre i livet må vi her kunne sammenligne med det som i tolvtrinnsprogrammet kalles en åndelig oppvåkning. Når den har funnet sted vil det være en naturlig oppfølging å ønske å bringe budskapet videre til nye mennesker slik at stadig fler kan få del i den samme oppvåkning og få se seg selv som enestående og verdifull. En helt grunnleggende tanke i kristen sammenheng er jo nettopp at flest mulig mennesker skal få se seg elsket av Gud og slik sett ser vi her en helt grunnleggende parallell.

6.3 Helhetssyn på livet

I Metodistkirken har vi et slagord som sier at vi er en kirke med helhetssyn på livet. Dette har sammenheng med det som også er kommet fram tidligere i oppgaven om sammenhengen mellom skapelse og frelse. Utgangspunktet for tenkningen er at vi er skapt som hele mennesker med kropp, sjel og ånd. Det er som hele mennesker vi lever og fungerer og det er også som hele mennesker at vi har fått del i frelsen. Meistad skriver om dette i sin bok (Meistad 1992 s.52). Her gjør han rede for at det er sammenfatningen av kropp og sjel som utgjør mennesket og at det derfor ikke er mulig å dele mennesket opp i

ulike deler og samtidig snakke om et menneskeliv. Helhetstilstanden bevares både i liv og død. Vi blir født som hele mennesker. Vi dør som hele mennesker. Det er også som hele mennesker vi har del i frelsen, og som hele mennesker vi har del i oppstandelsen. Denne tenkningen fører også til at hele livet vårt har med Gud å gjøre. Det guddommelige er ikke bare noe som angår sjelen, men Gud har selv skapt oss med både kropp og sjel. Dette utgangspunktet er viktig i en metodistisk tenkning hvor det å ta samfunnsansvar og ansvar for seg selv og andre er en helt naturlig følge av troen på en Gud som elsker alle mennesker og hele sin skapning. I denne sammenhengen finner jeg det naturlig å se på tolvtrinnsprogrammet som et klart uttrykk for hvordan hele mennesket utgjør en helhet. Det som tolvtrinnsprogrammet redegjør for og som også intervjuene har bekreftet er at en åndelig dimensjon i programmet har en avgjørende betydning for en tilfriskning også av den fysiske tilstanden og dermed også for hele mennesket. Den åndelige dimensjonen har gitt nødvendig styrke til å komme inn i en gjenopprettingsprosess som omhandler hele menneskelivet. Som vi tidligere har sett så omhandles alkoholisme i AA med sykdomstermer. Det er imidlertid ingen ting som tyder på at det er en begrenset del av mennesket som er rammet av en sykdomstilstand men tvert imot at mennesket som sådan er rammet. Det setter sitt preg på hele personen, både kroppslig, mentalt, sosialt og åndelig. Det er hele mennesket som trenger å komme inn i en tilfriskning og bli helt. Det er naturlig her å trekke inn henvisningen til Lukas 5: 31 som vi også tidligere har vært innom. På spørsmål om hvorfor Jesus og disiplene spiste sammen med tollere og syndere så svarer Jesus at det ikke er de friske som trenger lege men de syke. Ut fra en metodistisk tenkning er det helt naturlig at frelsen i Jesus Kristus er gitt for at mennesket skal kunne leve som hele mennesker slik Gud en gang har skapt oss og satt oss til å leve i samfunn med ham og hverandre. Vi må kunne si at denne helhetstenkningen står i kontrast til det som har vært en retning innenfor vestlig teologi som har villet dele menneskelivet inn i to regimenter. Et åndelig og et kjødelig. Tenkningen har vært at det er den åndelige delen av menneskelivet som primært har med Gud å gjøre, og at det kroppslige og materielle ikke tilhører samme sfære av tilværelsen. Vi ser altså at både en metodistisk helhetstenkning og tolvtrinnsprogrammet er samstemt i å stå for en annen modell. Nemlig at alle sider ved menneskelivet er deler av den samme store helhet og at den åndelige dimensjonen helt naturlig får betydning for hele livssituasjonen da det er slik vi er skapt som mennesker. Jeg finner det også naturlig i denne sammenhengen å henvise til utredningen som vi har sitert tidligere fra Helse-og omsorgsdepartementet som klart

uttrykker at en åndelig dimensjon har en naturlig plass også innenfor helsevesenets behandlingsapparat i møte med ulike sykdomstilstander.

6.4 Av bare nåde

John Wesley var enig med reformatorene i at det er Gud alene som gir menneske del i frelsen og at det ikke er noe som mennesket gjør seg fortjent til i egen kraft (Meistad 1992 s. 76). Samtidig var det viktig for Wesley å få understreket at mennesket dermed ikke var satt utenfor det som skjer i og med frelsen. Han støttet ikke Calvins predestinasjonslære om at Gud frelser den han vil, men at Guds vilje er å frelse alle og at vi som mennesker har mulighet i vår frie vilje til å ta imot den gave som Gud gir oss. Guds nåde er rettet mot alle mennesker, men om mennesket selv vender seg bort så er også Gud maktesløs. Videre var det for Wesley avgjørende viktig å fokusere på hva Gud gjør i det enkelte menneske. Livet i Guds nærhet er en vandring, og kristenlivet i denne verden er i stadig utvikling. Dette er en prosess som er en følge av frelsen, og ikke en forutsetning for menneskets frelse. Wesley viser til Paulus ord i 2.Kor. 4:16 om at vårt indre menneske fornyes dag for dag (Meistad 1992 s.78). I forlengelsen av dette er det viktig for Wesley å understreke at mennesket er et ansvarlig vesen. I sin nåde har han kommet ethvert menneske i møte og utøst av sitt rikes kraft, han kaller enhver til fellesskap med seg og til å leve ut det liv vi har fått del i og dele Guds-rike-livet med hverandre.

Når vi lar denne tenkningen belyse tolvtrinnsprogrammet er det interessant å legge merke til den understrekningen av at det er i det øyeblikk man erkjenner sin egen tilkortkommenhet og åpner seg for en større makt at en tilfriskning tar til. Det er i det øyeblikk når man innser at man ikke lenger makter å kjempe mer i egen kraft, når man innrømmer sin egen tilkortkommenhet og åpner seg for en høyere makt, det er da håpet stiger og prosessen kommer i gang for en tilfriskning i forhold til rusproblematikken. Vi ser her en parallell til det å vokse i Guds rike. Vi ser parallellen i at dette ikke er noe som er bundet i en selv. Tvert imot er det prosesser som kommer i gang når man legger sin egen kamp til side og begynner å ta imot en styrke som kommer utenfra og som er sterkere enn de krefter man selv kan frembringe. Å vokse i tro som et kristent menneske er ikke noe som skjer i egen kraft men som følge av Guds nåde og den gjerning som han utøver i våre liv. På samme måte er det når man i tolvtrinnsprogrammet åpner seg for en åndelig makt som er større enn en selv, og erfarer en tilfriskning. I begge sammenhenger handler det om å stå i en posisjon hvor man tar imot. Ved å ta imot troens gave kommer man inn i helliggjørelsens prosess som bidrar til å vokse i tro, tillit og ansvar. Tilsvarende

er det ved å ta imot styrken fra en makt høyere enn en selv at man i tolvtrinnsprogrammet kjenner på kraften til å komme inn i en prosess som gjør en i stand til å endre den ødeleggende spiralen som rusmisbruket har medført.

6.5 Egne gjerninger

Forholdene vi har skissert under punkt 6.4 om at alt er av bare nåde innebærer imidlertid ikke at den enkeltes egne gjerninger ikke har betydning. Det har det i høyeste grad i begge prosesser. Poenget er å understreke at det ikke er egne gjerninger som er utgangspunktet, de er snarere den nødvendige responsen på den kraft man mottar utenfra. For John Wesley var det helt sentralt i hele hans tenkning at troens gave måtte bli respondert i gode gjerninger. Avsnittet i Ef. 2: 8-10 står her som en helt sentral henvisning. Vi er skapt til gode gjerninger som på en helt naturlig måte følger av å komme inn i troens sfære. En levende tro er nært knyttet til kjærligheten (Meistad 1992 s.100). Troens grunnlag i Jesus Kristus uttrykker den største kjærlighetsgjerning som noen gang har skjedd. Når denne blir mottatt og får prege oss som mennesker så vil den også virke at vi utøver gjerninger som har sitt grunnlag i Guds kjærlighet. Meistad understreker at det var viktig i den engelske reformasjonen og kristendomsforståelsen at gjerningene var av betydning for at man skulle bli bevart i troen. Med andre ord var man enig med de tyske reformatorer om at troens gave er av bare nåde, men for å bli bevart i troen så må denne gaven bli mottatt og respondert på, noe som vil måtte få betydning for de gjerninger man gjør og det liv man lever. Parallellen til tolvtrinnsprogrammet blir jo her at det er den åndelige styrken som gjør det mulig å endre atferd og komme inn i en tilfriskningsprosess. Dette ble understreket i sterk grad gjennom intervjuene som jeg har gjort rede for tidligere. Hver og en av dem var klar på at tolvtrinnsprogrammet er et åndelig program og at den åndelige styrken var det som til syvende og sist ga dem kraft til å endre atferd. Hver enkelt gikk inn i AAs program nettopp fordi man opplevde så sterkt å komme til kort med sitt eget liv. Det var ved å innse sin egen begrensning at man åpnet seg for prosessen med de tolv trinn. Som følge av å ta imot styrke fra en høyere makt så erfarte de å bli i stand til å gjøre grunnleggende endringer i atferd og livsførsel. Dette endret deres liv noe som også medførte at de ble opptatt av hvordan de kunne hjelpe andre til å få samme erfaring av å komme inn i en livssituasjon preget av de gode og positive ord, begreper og handlinger. Den tredje informanten som jeg intervjuet sa at: «Tolvtrinnsprogrammet er et kjærlighetsprogram.» Det var et uttrykk for hvordan han har

opplevd det selv. Samtidig fortalte han om hvordan han har fått et sterkt engasjement for de som kjemper med de samme problemene som han selv har gjort. Alle de fem informantene understreket hvor viktig fellesskapet og omsorgen for hverandre er i selvhjelpsgruppene innenfor AA. Hele fellesskapet er bygd opp rundt at man støtter og hjelper hverandre til å komme videre i sin tilfriskningsprosess uansett hvor man måtte befinne seg i livsløpet. Et praktisk uttrykk for hvor viktig de anser betydningen av å komme sammen er, ser vi i praksisen som AAs selvhjelpsgrupper har ved at deres faste møtedager holdes gående uansett om de faller på julaften, 17.mai eller andre høytidsdager. Det oppleves av avgjørende betydning at tilbudet er til stede for de som trenger det, og det går foran alle andre hensyn. Jeg oppfatter at dette er et uttrykk for en uselvisk kjærlighet til andre mennesker, noe som har sin bakgrunn i at man så gjerne ønsker å være med å gi av det man selv har fått del i.

I Metodistkirken har vi et begrep som kalles sosial hellighet. Det innebærer enhver kristens ansvar for å være med å bringe sin erfaring av Guds nåde til vår verden (Meistad 1992 s.265). Den grunnleggende tenkningen er at verden er skapt av Gud og at verden som sådan er under Guds nåde. Derfor er holdningen til verden grunnleggende positiv. Samtidig er det en kjensgjerning at også onde krefter kjemper om makten i denne verden. De kristnes utfordring blir imidlertid å ta kampen opp og kjempe mot ondskapens krefter og ikke å trekke seg ut fra denne verden. I en del pietistiske teologiske retninger vil man advare kristne mot verden fordi alle dens fristelser kan føre til at man faller fra troen. John Wesley var av den motsatte oppfatning. Han mente at muligheten for at troende mennesker ville falle fra troen var mye større om de trakk seg tilbake fra denne verden med alle dens utfordringer. Vi som har fått erfare Guds nåde i våre liv er kalt til å være hans hender og føtter i møte med den verden vi lever i, både mennesker og natur. Hvis vi trekker oss tilbake så vil det innebære at vi distanserer oss fra Guds frelsesplan, som er å frelse verden. Vi ser at det er med bakgrunn i Guds betingelsesløse kjærlighet til sin skapning at vi utfordres til å tjene ham med å bringe hans nåde til alle mennesker og hele vår verden. Vi kan her se parallellen til arbeidet med tolvtrinnsprogrammet. I metodistisk helliggjørelsestenkning er det Guds kjærlighet og nåde som utøses over alle mennesker, og som vi har fått del i, som ligger til grunn for at vi alle utfordres til å være med og virkeliggjøre Guds rikes tilstedeværelse i denne verden. Det danner også grunnlag for at hver enkelt av oss formidler vår tro og vår tillit til Gud gjennom ord og liv til de mennesker som vi lever blant. I tolvtrinnsprogrammet var det erfaringen av å bli satt i

frihet som følge av å få del i kraften fra en makt høyere enn en selv som også danner grunnlag for å være med å gi programmet og muligheten videre til de som kjemper med de samme problemer. Vi ser også klart av intervjuene som jeg har referert, at dette å være med å gi videre og være til hjelp for nykommere i selvhjelpsgruppene er noe av det som oppleves særdeles meningsfullt og som også er med å inspirere og gi nytt mot til sin egen tilfriskning. Ved å være med å gi videre av det man selv har fått erfare opplever man en positiv spiraleffekt, noe som er en helomvending fra det livet som de tidligere har levd, preget av en negativ spiraleffekt mellom rus og manglende livsmestring. På den annen side er det også svært mange aktive kristne mennesker som vil kunne bekrefte at det å være med å gi videre til andre den tro og det livsgrunnlag som de selv har fått del i er noe av det som gir livet mening og innhold til deres hverdag.

Jeg har tidligere gjort rede for det som John Wesley la vekt på i forhold til den dynamiske samhörigheten mellom natur og Guds nåde i kapittel 5.1. Wesley støttet seg her på østlig teologisk tenkning om at det er den åndelige styrke som Guds nåde gir som er med å bidra til at kjærlighetens krefter kan vokse og gode ting kan skje også midt i en utfordrende hverdag. På samme måten ser vi at den åndelige styrken gjennom tolvtrinnsprogrammet er avgjørende for at tilfriskning finner sted og at en helingsprosess kan vokse og utvikle seg i menneskers liv. Begge deler må kunne sies å være klare uttrykk for at en dynamisk helhetstenkning mellom åndelige fenomener og fysiske forhold i naturen danner grunnlag for utvikling av prosesser som er konstruktive og byggende og gir positive resultater.

Jeg finner det også interessant her å vise til artikkelen av Magelssen og Fredheim som er omtalt tidligere. De fastslår at det å trekke inn åndelige spørsmål i behandlingen av ulike typer pasientgrupper er en viktig del i en helingsprosess. Blant annet viser de til at moderne forskning viser at bønn ofte utgjør en positiv mestringsstrategi. Vi ser med andre ord at også moderne forskning understøtter ideene om at åndelige fenomener har betydning for mennesker i en tilfriskningsprosess. I denne sammenhengen er det tale om behandling på generell basis og ikke knyttet opp mot et spesielt sykdomsbilde. Det støtter dermed oppunder det jeg har antydnet at en åndelig dimensjon kan være en viktig og også avgjørende faktor for en prosess mot en tilfriskning og en positiv utvikling også for mennesker med rusavhengighet.

6.6 Livslang prosess

De tre siste trinnene i tolvtrinnsprogrammet handler om å leve videre i programmet og bruke de prinsippene man har lært og vært gjennom. Det handler om å fortsette selvransakelsen, søke Gud slik man selv oppfatter ham og forsøke å bringe videre også til andre det man selv har fått erfare. Med andre ord ser vi klart at det ikke er tale om en prosess som avsluttes etter at man har gjennomført de tolv trinnene. I en vanlig behandlingsmetode for et spesielt sykdomsbilde vil det ofte være naturlig å tenke seg at man går gjennom et behandlingsopplegg for så å avslutte når det ønskede resultatet er oppnådd. Noe av det som imidlertid kjennetegner alkoholismen er at den ikke lar seg kurere en gang for alle. Sykdommen som sådan lar seg ikke fjerne, men man kan oppnå tilfriskning og bli i stand til å leve et liv uten rus. Det vil imidlertid kreve at man hele tiden er våken og oppmerksom og stadig bruker de ressurser man har for å holde seg rusfri. For de som er aktive i AA handler dette om å bruke tolvtrinnsprogrammet. Det vil være snakk om å vende tilbake til de ulike trinnene og stadig pånytt foreta selvransakelsen og være villig til å gjøre det som er nødvendig for å holde seg i prosessen av tilfriskning. Vi ser at dette i realiteten er tale om en livslang prosess. Dette ble også bekreftet av informantene i intervjuene som jeg gjennomførte. Ingen av dem har avsluttet sin delaktighet i AA. De fortsetter å være med både for sin egen og de andres del.

Helliggjørelsesprosessen i metodistisk teologi fremstår på samme måte som en livslang prosess. Jeg viser her til gjennomgangen i kapittel 5. Tenkningen har sin bakgrunn i at helliggjørelsen er en gjenskapelsesprosess fram mot målet som er en nyskaping av hele Guds skapning. Rettferdiggjørelsen innebar en inngang til Guds gjenoppbyggelsesprosess av sin skapning. Den vil få sin fullendelse først ved tidens ende. Hele livet innebærer dermed en helliggjørelsesprosess hvor vi formes og preges av fellesskapet med Kristus som vi har del i gjennom hans Ånd. På samme måte som ved tolvtrinnsprogrammet ser vi at dette ikke er en prosess som avsluttes etter en viss tid. Dette er en prosess som varer livet ut og som er med og forbereder oss på det som skal komme, samtidig som vi er med om å virkeliggjøre Guds rikes tilstedeværelse midt i denne verden her og nå. Å leve i helliggjørelse er å la det samme sinnelag som Kristus hadde også leve i oss slik det er beskrevet i Fil.2:5 (Meistad 1992 s.95). Det er Guds nyskapesverk som skjer i mennesket, «innenfor denne verdens betingelser», slik Meistad formulerer det. Det handler ikke om en total og altomfattende fornyelse her og nå, men om å få del i Guds

natur og vesen og leve i hans forvandlende nåde. Dette er med andre ord en varig prosess og ikke noe som når sitt mål og dermed avsluttes så lenge vi lever i denne verden.

6.7 Respons på Guds nåde

Et helt grunnleggende kriterium for metodistkirkens helliggjørelseslære er at det handler om en respons på Guds forutgående nåde. Gud er alltid den som har initiativet. Han er Skaperen. Han er den som også sendte sin Sønn til denne verden for å sette den i frihet fra alt som vil rive ned og ødelegge. Våre liv som troende blir en respons på det livet som han har gitt oss del i ved å åpne sitt rike for oss. Med andre ord kan vi si at et sant kristenliv er det motsatte av å strekke seg etter Gud gjennom å holde bud og regler og forsøke å tilfredsstille ham på ulike vis. Friheten i Kristus innebærer nettopp at vi skal slippe å streve etter å nå opp til Gud for å få del i hans velsignelse. Sannheten er at han har kommet til oss først. Ut fra at han har utøst sitt rikes kraft over alle mennesker så kan vi respondere og i takknemlighet leve ut det livet vi har fått del i. Dette er en viktig forutsetning i vår tenkning om at alt er Guds verk. Ved å leve i denne Guds nåde så kan vi oppleve at livet utvikles og bygges opp gjennom den kraft som Gud har gitt oss. Ved å legge til side det vi selv klarer å prestere ved egne krefter kan vi bli i stand til å bli preget av det Guds rike som vi har fått del i og som utfordrer våre liv på alle plan. Det er naturlig å henvise til Ef.4: 22-24 som omhandler å legge av oss det gamle menneske og kle oss i det nye menneske til et liv i sannheten. Det å åpne seg for Guds gjerning i sitt liv vil alltid innebære en viss grad av å legge noe av seg selv til side. Det å si ja til Gud som Herre i ens liv innebærer også å legge til side at man selv til enhver tid er midtpunktet i tilværelsen. Det betyr å åpne seg for en som er større og gi ham makt og innflytelse også over ens eget liv. For mange kan det være en vel så krevende prosess å skulle legge begrensning på kontrollen over eget liv som det å åpne seg for Guds innflytelse isolert sett. For mange som har opplevd et kall til en spesiell tjeneste så har nettopp dette å skulle oppgi noe av egen kontroll vært det vanskeligste, mer enn en redsel for hva det å ta imot utfordringen i virkeligheten vil innebære. Vi vil som mennesker gjerne ha kontroll over våre liv og de valg som må gjøres, og det oppleves vanskelig å skulle gi fra seg noe av denne kontrollen. Samtidig er det en allmenn menneskelig erfaring at det nettopp er i det øyeblikk man er villig til å oppgi noe av sin egen kontroll at man også blir i stand til å ta imot nye utfordringer og impulser utenfra seg selv. I denne sammenhengen er det også naturlig å fremheve det å velge og åpne seg for Guds nådes verk i sitt liv. Det å åpne seg for Gud innebærer en utfordring til å legge noe av vårt eget til side, samtidig som

erfaringen som mange troende mennesker vitner om er at nettopp det å skifte fokus var avgjørende for at man fikk så mye tilbake av utrustning både for liv og tjeneste. Grunnen til at jeg trekker dette fram er at jeg synes å se en klar sammenheng her med det vi har sett ved tolvtrinnsprogrammet. Det var i det øyeblikk man klarte å legge til side sitt eget strev og slutte å kjempe kampen i egen kraft, det var da man ble i stand til å ta imot den nødvendige hjelp til å komme inn i en tilfriskning. Arbeidet i AA er vel et tydelig eksempel på at det går noen grenser for hvor langt et menneske er i stand til å komme så lenge man kun kjemper i egen kraft. Samtidig viser det på en overbevisende måte at det går an å komme uendelig langt i å finne tilbake til et sunt og godt liv når man er villig til å motta nødvendig styrke og hjelp fra krefter utenfor seg selv. Jeg tror vi må kunne si at nettopp det å våge å gi slipp på egen kontroll og tillate seg å motta hjelp for å mestre ulike sider ved livet, at det er en nøkkel til å leve i harmoni og utvikling både med oss selv som mennesker og våre omgivelser. Vi er ikke skapt til å være uavhengige vesener som mestrer alt i egen kraft. Vi er skapt til fellesskap både med hverandre og med Gud. Vi er skapt til å stå i gjensidige relasjoner hvor vi både får gi og få. Kanskje er dette også en spesiell utfordring for oss i det samfunnet vi lever. Vi opplever at mye er fokusert på at hver enkelt er sin egen lykkes smed. Samfunnet er preget av et individualistisk fokus, og det at jeg selv lykkes på de fleste områder av livet er det som for mange oppleves som viktig. Ikke minst gjelder det å kunne vise at man lykkes på det økonomiske og materielle område. Faren er at et slikt fokus har sin pris i at vi blir mindre opptatt av å se hverandre og andres behov. Det finnes kulturer i andre deler av verden hvor fellesskap og samhørighet har en helt annen plass enn hos oss. En aktuell spørsmålstilling i denne sammenhengen vil være om vi i vårt samfunn gir fra oss en viktig mulighet til å mestre livet hos den enkelte, nettopp ved at vi overlater for mye av ansvaret til hver enkelt. Ut fra det perspektivet om at vi er skapt til å leve i relasjoner, leve i dialog og i å ta ansvar for hverandre, er det grunn til å spørre seg om ikke dette perspektivet er viktig å holde fram nettopp i vårt samfunn og i vår tid.

Et godt bilde på hvordan vi er skapt til fellesskap med hverandre er jo hvordan vi formerer oss som mennesker. Det må være to for at det skal skapes et nytt individ, og ethvert nyfødt barn er helt avhengig av å få hjelp, støtte og omsorg over lang tid før det er i stand til å ta vare på seg selv. Vi ser også at hele skapningen er bygd opp rundt dette at vi alle utfordres til å være med å ta vare på og leve og utvikle det livet som vi alle har fått som en gave.

Når det gjelder å ta ansvar for seg selv og andre så ønsker jeg også å vise til noe av det som ble beskrevet i kapittel 3 hvor det ble referert til teori om ansvar både for enkeltindivider og samfunnet som helhet. Lingås referer til menneskerettighetene som klart gir uttrykk for de rettigheter som den enkelte har til å innrette sitt eget liv. Samtidig har man også et ansvar for å ta hensyn til de mennesker man lever blant i forhold til de valg man gjør for sitt eget liv (Lingås 2000 s.125-136). Videre er det et samfunnsansvar å legge til rette for at det eksisterer en balanse mellom det ansvar den enkelte har og hva man kan forvente at samfunnet stiller opp med og gir av hjelp i ulike livssituasjoner. Ikke minst er dette viktig i forhold til rusproblematikk som er utgangspunktet for denne oppgaven. Hver enkelt har et ansvar både for seg selv og andre for hvordan man lever sitt liv. Samtidig har samfunnet et ansvar både ved å forebygge og også i å gripe inn når enkeltmennesker viser at de selv ikke er i stand til å ta det ansvar som det er naturlig å forvente.

Lars Østnor understreker i sitt kapittel at det å oppleve ekte frihet til å ta ansvar for eget liv også forutsetter en trygg ramme om livssituasjonen. Dette kaster også lys over forholdene som vi har sett på i forhold til å leve i en prosess som tolvtrinnsprogrammet innebærer. Styrken ved å kunne ta imot hjelp fra en makt som er større enn en selv vil også medføre en trygghet knyttet til at dette ikke er noe man står alene med, men at man er en del av en større helhet. En prosess som tolvtrinnsprogrammet er, vil inkludere både de andre som utgjør selvhjelpsgruppa samtidig som et sentralt ledd i prosessen handler om å åpne seg for Gud slik man selv oppfatter ham, og på den måten ta imot en kraft som er større enn man selv kan oppdrive.

6.8 Lærdom for kirken

På bakgrunn av det vi har sett nærmere på i forbindelse med at tolvtrinnsprogrammet har elementer som vi kan finne igjen i den helliggjørelseslære som metodistkirken står for, kan det være interessant og stille noen spørsmål ved om kirken kan ha noe å lære også for egen praksis. Er det noe fra dette parallelle materialet som kunne danne grunnlag for læring og praksis også på ulike områder av kirkens virksomhet. La meg først få understreke at tolvtrinnsprogrammet er utarbeidet som et rusbehandlingsprogram, og jeg er av den oppfatning at det skal vi la det få lov å være. Vi skal vokte oss for å foreslå å røre ved et behandlingsprogram som er utviklet og praktisert over lang tid overfor en bestemt målgruppe og som kan vise til betydelige resultater. På den annen side må det

være mulig å spørre om det lar seg gjøre å lære noe av dette arbeidet som kan få betydning også i andre sammenhenger. Spesielt tenker jeg her på det som jeg har gjort rede for tidligere i kapittel 6.2 som omhandler generelle kristne grunnprinsipper som vi finner igjen i de tolv trinnene i tolvtrinnsprogrammet. Det kan være interessant og stille spørsmål ved om tolvtrinnsprogrammet kan utfordre til å la de samme prinsippene ligge til grunn også for øvrige prosesser i eller utenfor kirkelig regi. De prinsippene som jeg har påvist i tolvtrinnsprogrammet og som uttrykker generelle kristne fenomener gjør det interessant å kunne tenke på muligheten av å la tolvtrinnsprogrammet være en modell for å utvikle programmer med ulikt formål som bygger på de samme prinsipper. I en kirkelig sammenheng tenker jeg her på muligheten for å utarbeide programmer for utvikling og vekst både i forhold til den enkeltes åndelige liv og også for arbeid med å skape vekst og utvikling innenfor et kristent fellesskap. Tolvtrinnsprogrammet er i så måte en modell som kan være retningsgivende for et program som både har et klart åndelig perspektiv og som samtidig har et praktisk og livsnært formål for sin virksomhet.

I denne sammenhengen er det interessant å kunne henvise til at det finnes et menighetsbyggende opplegg som bygger nettopp på tolvtrinnsprogrammet innenfor Metodistkirken i Danmark.

Jeg finner det også interessant å kunne henvise til erfaringene fra arbeidet med Sinnsrogudstjenester innenfor Metodistkirken her i Norge. Vår generelle erfaring er at vi har mye å lære som både utfordrer oss og som inspirerer oss til videre arbeid. Det er vel en nokså allmenn tendens i mange kirkelige sammenhenger at vi har lett for å tenke at vi sitter med alle de rette svarene. Om vi bare får mennesker innenfor våre dører så er mye gjort. Da vil vi ha de svarene å by på som søkende mennesker har behov for i sine liv. Kanskje skulle vi som kirker og menigheter våge å gå oss selv etter i sømmene og lytte etter hva menneskene rundt oss gir uttrykk for. Mennesker trenger å bli møtt på sine egne premisser ut fra den erfaringsbakgrunn som de har med seg. Alle våre erfaringer i møte med mennesker fra miljøer utenfor kirkelige sammenhenger tilsier at all formidling av både kunnskap og verdier forutsetter at man er villig til å bygge relasjoner og møte mennesker med åpenhet og respekt akkurat på det ståstedet de befinner seg i sine liv. Det kan ofte utfordre våre menighetssammenhenger som i stor grad er preget av utviklede normer og regelsett for hvordan vi omgås og hva vi anser som ønskelig og «normal» opptreden i våre sammenhenger. Det er et stort spørsmål om ikke det å være villig til å bryte med etablerte forestillinger av hvordan fellesskapet vårt skal fungere, i mange tilfeller vil være en nødvendig forutsetning for at mennesker med en annen bakgrunn skal

kunne finne seg til rette i våre sammenhenger. Ikke minst er vår erfaring fra arbeidet med Sinnsrogudstjenestene at den åpenheten og ærligheten i forhold til livets ulike problemer og utfordringer som de som arbeider med tolvtrinnsprogrammet viser oss, innebærer en stor utfordring for oss som kirke i forhold til hvordan vi kommer mennesker i møte. Det er et stort og interessant spørsmål om det ikke er helt nødvendig at vi som kirker i årene som kommer i mye større grad enn det som har vært tilfelle trenger å lytte etter menneskers egne erfaringer og utfordringer om vi skal kunne møte nye mennesker med et budskap som oppleves verdifullt for deres liv.

Vi må også kunne si at programmer for menighetsutvikling, bygd på de samme premisser som tolvtrinnsprogrammet, naturlig ville utgjøre et metodisk program for utviklingsarbeid. Dette burde ikke minst falle godt inn i Metodistkirkens tradisjon. Ikke nødvendigvis bare i navnet, men også ut fra en generell tenkning om målrettet og systematisk arbeid.

6.9 Oppsummering

I dette kapitlet har jeg forsøkt å sammenholde metodismens helliggjørelseslære med tolvtrinnsprogrammet i et forsøk på å finne felles elementer som kan uttrykke noe av en felles tankegang. Jeg har også ønsket å sammenholde det med det empiriske og teoretiske materialet som jeg har gjort rede for i oppgaven. Jeg fant John Wesleys erfaring av et varmt hjerte som et naturlig utgangspunkt for drøftingen. Det var ved denne anledningen han erfarte den nådige Gud som elsker betingelsesløst, og hvor han opplevde at han var verdifull i Guds øyne akkurat som den han var. Vi ser her et viktig utgangspunkt som også ligger til grunn for tolvtrinnsprogrammet. Det handler om å erkjenne sin egen tilkortkommenhet og åpne seg for en makt som er større enn en selv. De aktive i tolvtrinnsprogrammet omtaler ham som Gud slik de selv opplever ham. Også her er det helt sentralt å erfare den verdi som den enkelte har i kraft av å være et menneske, skapt av Gud og elsket av ham som den man er uavhengig av eget liv og egne prestasjoner.

Jeg har videre valgt å dele de tolv trinnene inn i 5 hovedkategorier som kan sammenholdes med sentrale og naturlige begreper for livet hos et troende menneske. Det handler om *erkjennelse* (trinn 1), *åpenhet for Gud* (trinn 2,3,4), *oppgjør/tilgivelse* (trinn 5,6,7), *gjøre godt igjen* (trinn 8,9), *det nye livet videre* (10,11,12).

Tolvtrinnsprogrammet slik det fremstår, innebærer et klart uttrykk for å se mennesket som en helhet. Vi ser av de ulike trinnene at den åndelige dimensjonen er av vesentlig

betydning for å komme videre i en tilfriskning også i forhold til det rent fysiske som handler om å kunne leve et liv uten å tilføre kroppen kunstige stimuli i form av rusmidler. Her er det lett å trekke en parallell til tenkningen som ligger bak helliggjørelseslæren. Den bygger nettopp på den premissen at mennesket er skapt som et helt menneske og ikke kan deles i isolerte kategorier og fortsatt være menneske.

Videre er det også interessant å legge merke til parallellen i forhold til å være med å gi videre noe av det man selv har fått del i. Helt sentralt i helliggjørelseslæren er dette at det nye livet er en gave man får ta imot av Guds nåde. I denne gaven ligger et kall til å være med å gi videre, til å dele Guds rike med menneskene man lever blant. Gud har sendt sin Sønn til hele verden og til alle mennesker og vi er alle kalt til å være med å øse ut av den nåde han har sendt oss. Ser vi dette inn i sammenhengen av tolvtrinnsprogrammet, så ser vi også fokuset på at det er styrken man mottar ved å åpne seg for den åndelige dimensjonen som gjør den nødvendige tilfriskning mulig. En helt naturlig følge av dette er å være med å gi det videre til andre som strever med de samme problemene. På denne måten blir også tolvtrinnsprogrammet en livslang prosess til nytte og glede både for den enkeltes egne varige tilfriskning og samtidig for stadig nye mennesker. Denne varige prosessen er også noe vi finner igjen i helliggjørelseslæren. Å leve i frelsen er å stadig få ta imot av Guds nåde og kjærlighet i en livslang prosess der man naturlig vokser i kjennskap og erfaring av Guds omsorg.

Vi må kunne si at det er mange likhetstrekk i livstolkningen slik den fremstår både i metodistisk helliggjørelseslære og i AAs tolvtrinnsprogram.

7 KONKLUSJONER. UTBLIKK

Jeg vil i dette avslutningskapitlet forsøke å vise hvordan denne oppgaven besvarer de spørsmål som ble stilt innledningsvis. Hovedproblemstillingen omhandler jo betydningen av et fokus på en åndelig dimensjon for de som er aktive brukere av tolvtrinnsprogrammet, sett i lys av Metodistkirkens helliggjørelseslære. Før jeg går inn på hva jeg oppfatter at oppgaven gir som svar på denne problemstillingen vil jeg forsøke å konkludere på de tre delproblemstillingene som jeg reiser i første kapittel.

7.1 Konklusjoner

Første delproblemstilling lyder: «Hva er Anonyme Alkoholikers tolvtrinnsprogram?»

Jeg vil konkludere med at kapittel 2 svarer på første delproblemstilling. Her har jeg gjort rede for både historien og innholdet i programmet som inneholder 12 trinn for en tilfriskningsprosess. Det historiske materialet er hentet fra Storboka som redegjør for erfaringene hos de som dannet tolvtrinnsprogrammet og som ble oppstarten til Anonyme Alkoholikere. Jeg har også i dette kapitlet gjort rede for selve programmet ved å gå gjennom de tolv trinnene og se nærmere på hva det innebærer for de som tar fatt på prosessen. Med tanke på vår hovedproblemstilling finner jeg det interessant her å henvise til hvordan den åndelige dimensjonen kommer direkte til uttrykk i trinnene 2, 3, 5, 6, 7 og 11. Det vil si at i halvparten av de 12 trinnene er den åndelige dimensjonen helt konkret uttrykt som et sentralt element.

Andre delproblemstilling lyder: «Hva innebærer en åndelig dimensjon i rusbehandlingsøyemed?»

Denne problemstillingen har jeg forsøkt å besvare gjennom kapittel 3 og 4. I kapittel 3 har jeg gjort rede for en del teori som omhandler menneskesyn i rusbehandling generelt i vårt samfunn. Her har jeg forsøkt å fokusere på i hvilken grad en åndelig dimensjon også har en aktuell plass i behandlingen generelt. Vi har her sett at det til ulike tider har vært tatt ulike utgangspunkt i forhold til hva som er underliggende årsaker til rusmisbruk som også igjen har hatt betydning for hva slags type behandling som har vært tilbudt. Et viktig grunnlag for hvordan rusmisbrukere behandles i et samfunn er om de generelt anses for selv å bære ansvaret for sin skjebne eller om samfunnet også har et ansvar. Vi kan se at

det i vårt samfunn tilstrebes en balanse mellom at den enkelte har et ansvar både for seg selv og sine omgivelser, samtidig som også samfunnet har et ansvar for å gi et behandlingstilbud til mennesker som ikke er i stand til å ivareta sin egen situasjon på en god måte. Spesielt interessant var det å se hvilken betydning den åndelige dimensjonen i behandlingsøymed kommer til uttrykk i en offentlig utredning fra Helse- og omsorgsdepartementet (NOU 1999). Her gis det klart uttrykk for at åndelige behov hos en pasient også skal bli ivaretatt i tillegg til fysiske, psykiske og sosiale behov. Det er grunn til å legge merke til at dette understrekes på generelt grunnlag overfor vårt offentlige helsevesen. På denne bakgrunn vil det også være legitimt å la en åndelig dimensjon få betydning også for rusbehandling spesielt. Utover de institusjonene som bruker AAs tolvtrinnsprogram i sin behandling, viser også psykolog Helga Tveit (Tveit 2012) til at det finnes et utledet tolvtrinnsprogram også innenfor offentlig rusbehandling, men da med en mer avledet form for åndelighet. Den innebærer i større grad en søken etter mening med livet og ikke et direkte åndelig fokus på samme måte som innenfor AA.

Kapittel 4 inneholder den empiriske delen av min oppgave. Gjennom denne får vi et innblikk i hvilken betydning den åndelige dimensjonen har i rusbehandlingen. Det er interessant å understreke den sammenfallende tendens som jeg mener vi må kunne trekke ut av intervjuene med mine 5 informanter. Alle 5 understreker den vesentlige betydning den åndelige dimensjonen ved tolvtrinnsprogrammet har hatt for deres egen tilfriskningsprosess. Samtidig sier de også tydelig at de ikke kunne se for seg at programmet ville kunne fungere som effektiv rusbehandling uten den åndelige dimensjonen. Hva den åndelige dimensjonen i virkeligheten innebærer defineres noe ulikt av de forskjellige informantene. Det kan være helt fra at fellesskapet i en selvhjelpsgruppe er uttrykk for en åndelig dimensjon i seg selv og til at det åndelige defineres helt konkret som den kristne Gud. Uavhengig av definisjonen av en åndelig dimensjon mener jeg at disse intervjuene understreker det samme resultat som vi ser i behandlingen av teorien. Nemlig at en åndelig dimensjon er av stor betydning i alle former for behandling, og spesielt bekrefter informantene den avgjørende betydning som den åndelige delen av programmet har hatt for den rusbehandling som de selv har vært og er en del av.

Min tredje delproblemstilling lyder: «Hva er metodistisk helliggjørelseslære?»

Dette har jeg forsøkt å svare på i kapittel 5. Her tar jeg utgangspunkt i at mennesket er skapt som hele vesener med både kropp, sjel og ånd, og at frelsen innebærer det å gjenopprette det som er blitt ødelagt, gjennom en helingsprosess mot den shalomtilstand som vi er skapt til å leve i. Guds nåde er det som går forut for alt annet. Han sendte sin Sønn til denne verden for å forsonne den med seg. Gjennom Ham har verden fått del i Guds rikes krefter. Vi utfordres til å åpne våre hjerter og sinn til å ta imot av den kraft og styrke som Han er i stand til å fylle våre liv med. Dette er Guds gave til oss og vi kan ikke selv innvirke på Hans betingelsesløse kjærlighet. Derimot utfordres vi til å leve ut det livet vi har fått del i gjennom å gjøre gode gjerninger og formidle Guds rike til alle mennesker og til hele den skapning som Han har skapt. Innenfor tema i denne oppgaven som handler om rusbehandling, finner jeg det interessant og holde fram perspektivet om at vi er hele mennesker og at en åndelig styrke kan bidra til en helingsprosess også for både fysiske og mentale skader. Et generelt utgangspunkt for metodistisk frelseslære er at den bygger på begreper om helse og helhet, og ikke så mye på rettsbegreper i forholdet til Gud, som vi kan se innenfor en del andre teologiske retninger. Fokuset i metodistisk teologi handler om å bli ført mer og mer inn i Guds nærhet og få del i Guds-rike-kreftene selv om det helt og fullt først vil være en realitet når Gud en gang skaper alt på nytt.

Min hovedproblemstilling for oppgaven lyder: **«Hvilken betydning har fokus på en åndelig dimensjon for mennesker som går inn i en prosess med AAs tolvtrinnsprogram, sett i lys av metodistisk helligjørelseslære?»**

Som konklusjon på min hovedproblemstilling vil jeg si at for mennesker som er i en prosess med AAs tolvtrinnsprogram, så har programmets åndelige dimensjon en stor og til dels avgjørende betydning for at de opplever framgang i sin tilfriskning. Jeg opplever at den konklusjonen understøttes gjennom de forskjellige kapitlene i oppgaven.

Gjennom presentasjonen av en del teorier om en åndelig dimensjon i rusbehandling generelt, fikk vi fastslått at et åndelig perspektiv er å anse som et allment menneskelig behov som skal vektlegges i møte med et behandlingsapparat. Dette fikk vi bekreftet både fra offentlige myndigheter (NOU 1999), og at det understrekes i en aktuell kronikk at man mener det å forholde seg til en åndelig dimensjon i lege/pasient-forholdet, i mange tilfelle vil styrke pasientens opplevelse av å bli møtt som et helt menneske og også bidra positivt i en aktuell behandling (Magelssen/Fredheim 2011). Vi ser også at et behandlingsprogram

med en åndelig dimensjon er en del av tilbudet i offentlig rusbehandling (Tveit 2012). Dette tilbudet bygger på mange av de samme leddene som tolvtrinnsprogrammet men har et mer avdempet uttrykk for en åndelig dimensjon. I dette programmet handler det i større grad om at den enkelte finner mening og framtidshåp generelt i sitt liv.

Det empiriske materialet i oppgaven er kanskje det som klarest støtter oppunder min konklusjon. Alle de 5 informantene ga et klart uttrykk for at den åndelige dimensjonen i tolvtrinnsprogrammet hadde vært av avgjørende betydning for dem i deres tilfriskning. De hadde ulike definisjoner på hva den åndelige dimensjonen innebar for dem, men alle var helt klare på at denne dimensjonen var avgjørende for deres egen prosess. «Gud slik vi selv oppfatter ham», ble tolket fra å være kjernen i fellesskapet som skapes i selvhjelpsgruppene, til å være et uttrykk for den kristne Gud. Uansett var det ingen av informantene som kunne se for seg at tolvtrinnsprogrammet kunne fungere uten den åndelige dimensjonen. Alle uttrykte at de var i behov av en kraft som var større enn de selv kunne frembringe for at de skulle være i stand til å ta opp kampen med sine problemer. Dette gir jo også et klart uttrykk for at det er som hele mennesker at man strever med et avhengighetsproblem, og man er i behov av å bli møtt og få hjelp som hele mennesker for å kunne komme inn i en prosess av tilfriskning.

Når vi ser på dette materialet i lys av metodistisk helliggjørelseslære, så er det jo nettopp dette fokuset på at vi er hele mennesker som er et sammenfallende og viktig utgangspunkt. Helliggjørelseslæren bygger på at vi er skapt som hele mennesker og at det bare er slik vi kan leve og utvikle oss. Som skapte mennesker er vi i behov av kraft fra Skaperen selv for å kunne leve og utvikle oss i det fellesskapet og det samfunnet som vi er satt til å leve i. I denne sammenhengen faller det naturlig at et menneske som kjemper med en avhengighet enten av kunstig stimuli eller annet, vil være i behov av styrke utenfra seg selv for å komme i en tilfriskningsprosess. Vi har også sett at for brukerne av tolvtrinnsprogrammet er det et viktig prinsipp at det er først i det øyeblikket man har erkjent sin egen tilkortkommenhet og sluttet å kjempe i egen kraft og åpnet seg for en større dimensjon at man har kommet inn i en positiv utvikling. Dette står i naturlig sammenheng med en metodistisk lære om at hele livet er en gave fra Gud. Alt er av Guds nåde og han har gitt oss del i sitt rikes krefter. Å leve med en kristen tro handler om å bli trukket stadig nærmere inn i Guds nærhet og få motta og erkjenne hans styrke og kraft i alle livets ulike situasjoner og prosesser. Jesus kom til denne verden for å åpne Guds rike for oss og for å leve med oss.

7.2 Utblikk

Som et aktuelt utblikk fra min oppgave har jeg lyst til å fokusere på hvordan vi som kirker og menigheter møter mennesker i vår tid. Jesus sa at det var de syke som trengte lege.

Mon tro om vi gjør tersklene til fellesskapene våre for høye med å forvente at mennesker skal komme på våre premisser, før vi er villig til å ta dem inn i varmen. Er vår genuine hensikt med det vi holder på med at mennesker skal få erfare Guds kjærlighet i sine liv, eller er vi altfor opptatt av at mennesker skal adoptere våre svar på livets spørsmål? Jeg tror vi som kirker og menigheter i vår tid trenger et fornyet fokus på at det er mennesker som på en eller annen måte kjemper med sine liv som primært trenger vår tilstedeværelse.

Det er lett å fokusere på at mennesker med rusproblem må få hjelp med dette. Men er vi som fellesskap villig til å ta imot mennesker akkurat slik som de er og være til støtte og hjelp midt i deres liv, uten at de først skal behøve å adoptere våre normer og atferdsmønstre? Jeg tror vi må være villige til å våge å se menneskene bak problemene om vi skal forvente å kunne ha noe å tilby som oppleves relevant. Hvorfor blir mennesker avhengige av rusmidler eller andre ting? Mon tro om ikke de fleste avhengigheter i bunn og grunn skyldes at det brukes som et substitutt. At man har en manglende balanse i sitt liv som man trenger å veie opp for på en eller annen måte. Som kristne fellesskap tror jeg at noe av vår utfordring er å overflødiggjøre slike mangelsykdommer. Kanskje er det ikke vår oppgave å gjøre alkohol eller andre avhengigheter til «forbuden frukt». Det skaper lett et ønske om å utforske det som er spennende, spesielt med tanke på nye generasjoner. Jeg tror vi har en stor oppgave i å bygge fellesskap som preges av varme relasjoner og omsorg for den enkelte som overflødiggjør behovet for kunstige stimuli. Et godt ungdomsmiljø som preges av at den enkelte blir sett og tatt vare på og verdsatt for den man er trenger ikke rusmidler.

I alt for stor grad kan historien fortelle at vi som kirker har brukt pekefingeren for å vise hva som er rett og godt og sunt for et menneskeliv. Jeg tror at utfordringen for oss i mye større grad skulle være å bruke lokkefingeren. Guds største ønske er at alle mennesker skal få erfare hans kjærlighet. Han ønsker det så høyt at han sendte Jesus som var villig til å gi alt. Vi har et budskap å formidle som alene handler om å ta imot et liv i Guds nærhet og omsorg. Vi må vokte oss så vi ikke skyver mennesker bort fra Gud ved å stille tilleggs-kriterier for hans nåde. Av og til møter jeg mennesker som er redd for at vi ikke står for noe om vi ikke er flinke til å bruke pekefingeren. Tvert imot så tror jeg vi er satt

til å stå for Guds betingelsesløse kjærlighet. Det er ikke alltid enkelt. Men det kan ikke gjøres med pekefinger. Det kan bare formidles med lokkefinger.

LITTERATURLISTE:

Anonyme Alkoholikere: *Storboka*. New York, Fjerde utgave 2004

Carder, Kenneth L.: *Living Our Beliefs*. Discipleship Resources, Nashville, Tennessee 2009

Chesnut, Glenn F.: *Changed by grace*. iUniverse, New York 2006.

Fekjær, Hans Olav: *RUS*. Gyldendal, Oslo 3.utgave 2009

Heiene, Gunnar: «Rusmidler: Ethiske dilemmaer og utfordringer». Heiene, Gunnar (red.): *In vino veritas? Rusmidler og etikk*. Høyskoleforlaget, Kristiansand 2000, s.195-203.

Helse- og omsorgsdepartementet: NOU 1999: 2 : *Livshjelp*.

<http://www.regjeringen.no/nb/dep/hod/dok/nouer/1999/nou-1999-2/5.html?id=141465>

Lest 17.09.2012

Hjemdahl, Bente og Fosse, Atle: *Aftenposten*, 2004.

<http://aftenposten.no/helse/article915972.ece>

Kristensen, Ø. og Vederhus, J.: «Selvhjelpsgrupper i rusbehandling». *Tidsskrift for Den norske legeforening* 2005 nr 20. <http://tidsskriftet.no/article/1273986>

Lest 18.09.2012

Lingås, Lars Gunnar: «Motiv og resultat. Om yrkesetikk i arbeid med rusmiddelbrukere». Heiene, Gunnar (red.): *In vino veritas? Rusmidler og etikk*. Høyskoleforlaget, Kristiansand 2000, s.137-151.

Maddox, Randy L.: *Responsible Grace. John Wesley`s practical theology*. Kingswood Books, Nashville, Tennessee 1994

Magelssen, M. og Fredheim, O.M.S.: «En åndelig dimensjon er viktig for mange pasienter». *Tidsskrift for Den norske legeforening*, 2011 nr 2. <http://tidsskriftet.no/article/2067137>

Lest 17.09.2012

Meistad, Tore: *Frelsens veg, Teologi og etikk i wesleyansk tradisjon*. Alta, ALH-UNDERVISNING 1992 nr.5.

The Northern Europe & Eurasia Book of Discipline of Discipline of the United Methodist Church 2009

Tveit, Helga: «Modeller for rusbehandling». *SSHF ARA Poliklinikk*, Kristiansand. www.avhengighetsbehandling.no/nyheter/nyansattekurs/modeller-for-rusbehandling-2012-htv.pdf

Lest 14.09.2012

Østnor, Lars: «Alkoholen–vår tids frihetssymbol? Noen etiske perspektiver». Heiene, Gunnar (red.): *In vino veritas? Rusmidler og etikk*. Høyskoleforlaget, Kristiansand 2000, s. 153-166.

Wikipedia: <http://no.wikipedia.org/wiki/Oxfordbevegelsen>