

Der zweite Schritt – Heinz Kappes (gekürzt)

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

Diese Macht, „größer als wir selbst“, die erlebt jeder einzelne anders. Wir haben in der AA mit Absicht keine theologischen Aussagen (Theologie heißt: die logische Wissenschaft von Gott), wir haben hier Erfahrungsaussagen, und darum sind alle Schritte mit „wir“ abgefasst, weil es die Übereinstimmung aller Mitglieder dieser speziellen, anonymen Bewegung ausdrücken soll.

Es ist die allgemeine, in allen Religionen und Weltanschauungen vorhandene Überzeugung, dass im Kosmos eine Macht besteht, die alle die Kräfte zusammenfasst.

Es ist also hier in der Aussage, wo vom Selbst die Rede ist, „eine Macht, die größer ist, als wir selbst“, von unserem Selbst die Rede, von dem spirituellen Mittelpunkt unseres Wesens. Und da bin ich bei einem Wort, das leicht missverstanden wird. Es ist hier von Geistigem die Rede; es ist hier von geistiger Gesundheit die Rede, und es ist von geistigem Erwachen im Zwölften Schritt die Rede. In anderen Übersetzungen ist der englische Ausdruck „spiritual“, also spirituell, beibehalten. Und spirituell bedeutet: Der Göttliche Geist, der Schöpfer-Geist, der den ganzen Kosmos durchwaltet und das Universum schafft, der Geist, der unsere Vernunft und Verstand programmiert. Es ist mit Geist nicht unsere Vernunft gemeint, und darum ist der Missbrauch des Wortes Geist bei uns - geistige Erkrankung oder er ist ein geistreicher Mensch, Geisteskrankheit -, das ist missverständlich, weil hier von der Vernunft oder von dem Verstand die Rede ist, von dem, was in der wörtlichen Übersetzung des Englischen „mind“, das Mentale ist, das, was den Menschen vom Tier unterscheidet. Es ist also hier der schöpferische Geist Gottes gemeint, der die ganze Schöpfung durchwaltet, ihr Anfang und ihr Ziel und die erhaltende Kraft bedeutet, an der, der Mensch als höchstes uns bekanntes Wesen teilhat. Und wir sagen nun als Suchtkranke - einerlei welche der unendlich vielen Süchte unser Leiden darstellt - als Suchtkranker bin ich in diesem Geistigen krank. Es bedeutet also, dass ich abgesondert bin von dem Ursprung, von dem Spirituellen – (also Heiligen Geist = Ursprung), der in mir durch mein ewiges Selbst dargestellt ist, wenn ich nur in meinem äußeren Ich lebe und dadurch egokrank werde.

Dieses Abgesondert-sein ist das Verbum für das Hauptwort Sünde. Sünde bedeutet also gar nicht irgendeine moralische Verfehlung, irgendeine Tat, die man tut, sondern es bedeutet einen Zu[1]stand, in dem ich nicht in meiner eigentlichen Mitte lebe, nicht von dem bestimmt bin, was mein eigentliches Selbst ist, sondern in den Äußerlichkeiten getrieben werde von meinen Antriebskräften, den Trieben, welche es auch sind. Und es gibt sehr hohe Triebe, zum Beispiel den Trieb des Religiösen. Wenn das sich nur in Gefühlen oder in moralisierender Show darstellt, die besser sein will als andere, oder in dogmatischen Erkenntnissen oder Kultformen – Religiosität als eine ichhafte Sache, die nicht danach fragt, Gottes Willen zu tun und das göttliche Wesen zu sein, sondern eben aus dem Göttlichen etwas gemacht hat, das man selber manipulieren, darstellen und mit eigenen Interessen erfüllen kann. Wir sehen also, da wir uns davon fernhalten müssen, wenn wir an die Wurzel unseres kranken Zustandes und auf den Weg zur Gesundung kommen wollen. Wir wollen

eine geistige Gesundheit haben. Gesund, nun, das heißt im Englischen "whole", etwas Ganzes sein. Etwas Ganzes sein, das heißt aus der Mitte des Kosmos („ICH BIN“) und meiner eigenen Mitte („ich bin“) nun einen möglichst weiten Umkreis zu erfüllen mit der Kraft dieser göttlichen Wahrheit, Liebe, Frieden, Leben. Das ist Gesundheit aus dem Heiligen Geist. Wir wollen das wieder erlangen, oder anders ausgedrückt: Wir wollen aus der Absonderung und Trennung, aus der Zwiespältigkeit heraus in die innere Einheit kommen, mit dem, was für uns An[1]fang und Ende, Ziel und Wesen ist, eben mit dem, was wir mangels eines anderen Wortes das Göttliche nennen. Ich habe das letzte Mal schon gesagt, ich wiederhole es noch einmal: Wir verbinden nur in unseren Kindheitsstufen des Bewusstseins damit Vorstellungen von einer Person. In unserer jetzigen Denkweise ist das Göttliche keine Person mehr, sondern es ist eine Kraft, es ist ein Leben, es ist eben Geist in dem vorhin erwähnten Sinn. Wenn ich also nun zur geistigen Gesundheit kommen will, dann will ich in meinem Innersten ein Empfangsgerät haben, das eingestellt und offen ist für diesen Göttlichen Geist.

Wir wissen, dass in dem üblichen Sinn von geheilt sein keine Sucht je ganz geheilt werden kann, sondern dass sie immer nur stabilisiert werden kann, so dass sie keinen Schaden anrichtet, und dass die Spannung - immer wieder das Heil zu suchen - immer dableibt.

Aber heute ist es wichtig in diesem Zweiten Schritt, dass ich eine Kraft einsetze, die hier Glauben heißt. In einer anderen Übersetzung heißt es Überzeugung. Es ist hier kein intellektuelles Für[1]wahr-halten, es ist hier nicht, dass ich das annehme, nicht, dass ich es begreife. Denn wenn ich es begreife, da komme ich leicht in die Gefahr, dass ich es mit Ich-Interessen verbinde und manipulierte in meinem eigenen Ego-Interesse. Glaube heißt sich geloben. Es ist dasselbe, wie wenn zwei Menschen sich einander das Versprechen geben, eine Einheit bilden zu wollen, die begründet ist Heinz Kappes: Zweiter Schritt 5 von 11 in der „ewigen Einheit“ – und Ehe kommt ja von ewig. Es ist also Glaube eine Zusammenfassung aller meiner innersten Kräfte. Gerade weil ich aus einem Zustand komme, in dem ich überhaupt keine Kräfte mehr hatte, in dem ich mein Leben nicht meistern konnte, in dem ich verzweifelt war, zerspalten in mir selber, deswegen suche ich jetzt eine Kraft, die in diesem Mittelpunkt in mir, in meinem Selbst als Mittelpunkt meiner Seele nun alle die Kräfte konzentriert, die ich hingeben will (die negativen Kräfte) und meine Bereitschaft mich führen zu lassen, und die offen genug ist, um zu empfangen die göttlichen Kräfte.

Ich habe also nicht zuerst den Beweis, dass die Sache wirkt, sondern Glaube ist dasselbe, was in der Wissenschaft ein Forscher tut, dem dämmert, dass eine Sache so und so sein muss. Etwa, dass ein Apparat, an dem er baut, dass der so wirken muss. Oder, dass ein chemisches Gesetz oder dass irgendeine Entdeckung auf einem anderen Gebiet der Wissenschaften so sein sollte. Das ist Intuition. Wenn er es aber verwirklichen will, muss er es erproben. Es gehört also das Experiment, in dem erprobt wird, ob eine Theorie auch richtig ist, zu der Erforschung einer Wahrheit. Es gehört, wenn ich den Weg aus meiner Sucht herausfinden will, das Experiment dazu, dass ich annehme: es gibt einen Weg; dass ich den Weg, zunächst vielleicht zögernd, vielleicht nur probierend gehe, damit ich dabei erprobe, ob der Weg auch stimmt. Und das ist die großartige Methode in unseren Anonymen Bewegungen, dass es sich hier nicht darum handelt, dass ein Programm

vorgeschrieben wird, dass es keine Dogmen, also feststehende Lehrsätze gibt, die man wissen muss, wenn man der Gemeinschaft sich anschließen will, sondern dass nur die Erfahrungen anderer, die hier ihre Heilung gefunden haben, angeboten werden.

Darum ist in den Gesprächen, die in den Meetings geführt werden und in den Worten, die jemand mitteilt, nicht die Rede von Theorien. Es ist nicht eine Litanei aus unserer Literatur übertragen, so, als ob man dann das für wahr halten müsse, wenn man dazugehören will. Sondern es ist immer nur die Rede: ich habe das erfahren.

Und wir sollten hellhörig sein, ob hinter dem, was jemand sagt, wirklich die Erfahrung steckt, die er getreu mitteilt, so, wie er es erfahren hat, so, wie er mit seiner ganzen Person dahintersteht, oder ob er etwas Intellektuelles sagt, Sprüche macht, übertreibt, unecht wirkt. In unsere Meetings gehören keine Theorien, sondern Erfahrungen. Und nur Erfahrungen kann man annehmen, nicht, als ob man die Erfahrung genauso machen würde wie der, der spricht, aber so, dass man nun bei sich selber erproben will, ob das, was der andere mit diesem Weg, über den er spricht, erfahren hat, was ihm geholfen hat, eventuell auch bei uns hilfreich sein könnte.

Und die Fehlerquelle, die hier bei uns, die wir unsere Sucht überwinden wollen, sich einstellt, ist immer wieder das eigene machen wollen. Selbstverständlich muss ich mich ganz einsetzen, selbstverständlich muss ich es tun. Es kann kein anderer für mich meine Sucht überwinden – aber ich muss mich dabei führen lassen von der Macht, die stärker ist als mein Ich, das definitiv versagt hat. Das Ich wird erst dann wieder gesund und wirkungskräftig, wenn es geführt wird von einer Macht, die größer ist als mein Ich, nämlich von der in meiner Seele sich offenbarenden Macht, die ich die „Höhere“ nenne – gelegentlich heißt es: „Gott, wie ich ihn verstehe“, oder eigentlich besser gesagt: „Gott, wie er sich mir offenbart“. Jedenfalls der Souveräne, der allein Wirkende ist eben diese „Höhere Macht“ und ich will immer mehr Ihr Werkzeug werden.

Mit dieser souveränen Macht können sich alle Vorstellungen verbinden, die dem entsprechen, wie ich jetzt hilflos bin, ohnmächtig bin. Da ist das „Höhere“ vielleicht der Sponsor, ein Mensch, der mir erzählt von seiner Überwindung seiner Sucht, die meine Sucht auch ist, und dem ich zuhöre ohne Kritik, zuhöre in einer Weise, dass ich meine Zerdenk-Maschine ausschalte und nicht gleich mit „aber“ reagiere. Es gibt sehr kranke Menschen, die auf alles was sie hören, sofort ein aber haben, einen Einwand ihrer Kritik aus ihrem Ego heraus. Und meistens verbirgt sich hinter diesem aber nicht ein vernünftiger Einwand, sondern verbirgt sich die Unwilligkeit zuzugestehen, dass man süchtig ist.

Wenn ich also zuhöre, wie ein Mensch von der Erfahrung redet, die er mit der ähnlichen Sucht, wie ich sie habe, gemacht hat, wenn er davon redet, wie er demütig geworden ist, und sein Ich in seiner Gefährlichkeit als Ego erkannt hat, wenn ich mich dafür öffne, dass hier hinter seinen Worten der Geist, der große Geist, der in den A-Bewegungen wirkt – dieser göttliche Geist wirksam ist, wenn ich also das tief eindringen lasse, um diese Macht in mir zu erfahren, dann merke ich etwas Erstaunliches: Dass in jedem Menschen noch ungeheure Möglichkeiten liegen, die noch längst nicht entfaltet sind. Dass die Menschheit im Ganzen vielleicht erst auf der Hälfte ihres Weges angelangt ist. Und die Stufe, die wir jetzt als Menschen erreicht haben, mag zwar in Bezug auf die Technik großartig sein, sie ist

aber in Bezug auf das Menschliche eine sehr niedrige. Es haben ganz gewiss in früheren, weniger intellektuellen Epochen Menschen mit größerer Seele, stärkerem Glauben und größerer Liebe gelebt als in unserer Zeit und mit weniger Angst. Wenn ich also das Wort Glaube einsetze, dann ist das, das Heilmittel gegen alle Art von Ängsten. Es ist eine Erkenntnis, dass in unserer Zeit deswegen die Depressionen und die Ängste so groß sind, weil diese zentrale Kraft: „von ganzem Herzen, von ganzer Seele, von ganzem Gemüt und aus allen Kräften sich hinzugeben an diese Höhere Macht und offen zu sein für die Einwirkungen des Heiligen Geistes“ – weil die verlorengegangen ist, überdeckt worden ist mit dem Vertrauen auf die Technik, auf all den Komfort, mit dem man meint glücklich zu werden, dem Vertrauen auf all die Bequemlichkeiten und auf all die Sicherungen, in der Art, wie wir uns versichern gegen alles, was als Schicksal uns treffen könnte. Das Gegenteil ist also das, was hier mit Glauben bezeichnet ist.

Aber liebe Freunde, wenn ich so von diesem Zweiten Schritt spreche, dann meine ich, wer den Ersten Schritt getan hat, der hat eine solche Bereitschaft gezeigt - weil er ja nicht mehr leben will in dem alten Zustand -, dass er für diesen Zweiten Schritt offen ist. Und es ist also nun Glaube „die Macht, die größer ist als mein Ich“, und die geistige Gesundheit, das ist das Fundamentale dieses Zweiten Schrittes ... Um ein Auslagern in unseren Gruppen-Meetings zu vermeiden, müssen wir die Geschichten der Erfahrungen mit der Höheren Macht lesen, vielleicht auch manchmal in die Gruppe hereinbringen ... Und wenn wir eine Verödung unserer Gruppen vermeiden wollen, wo man nur das Negative spricht, wo man nur von seinen Leiden und Schwierigkeiten erzählt, ohne dass auch die Überwindung und der Sieg zum Ausdruck kommen, dann ist das für viele Fremde, die zu uns kommen, ein Beweis, dass auch das nichts hilft und sie bleiben weg! Es mag für den einzelnen sehr wesentlich sein, dass er sich aussprechen konnte. Aber die Frage ist: Hab ich mit dem, was ich von mir ausspreche, einem anderen, der in einer ähnlichen Lage ist, geholfen, indem ich ihm zeigen konnte, wie ich meine Leiden mit der Hilfe der Höheren Macht überwinden durfte?

Eine alte chinesische therapeutische Regel heißt: „Mache aus deiner Krankheit eine Gesundheit.“ Das heißt: Verwende die geheilte Krankheit dazu, dass du anderen Heil bringst und ihnen zur Heilung verhilfst. Und wie schon früher gesagt: der Wert eines Arztes und einer unserer Gruppen liegt darin, dass sie aus Kranken Heilende machen, nicht nur Geheilte, sondern Heilende. Das heißt, dass die Gesundung und die Regeln und der Weg, wie man zur Gesundung gekommen ist, weitergetragen wird, und auf diese Weise eine große Sache sich ausbreitet.