

EINLEITUNG

Es kann keinen ehrlichen Bericht über den 12-SCHRITTE-GENESUNGSWEG geben, ohne zuerst Dr. Bob, Bill W. und den anderen Pionieren der Anonymen Alkoholiker (AA) Ehre zu erweisen. Sie waren die ersten, die aus vielen verschiedenen spirituellen Quellen das Beste zusammengetragen haben. Sie brachten ihre Erkenntnisse in eine logische Reihenfolge und verfeinerten sie zu der Form, die wir heute als die 12 Schritte kennen. Die 12 Schritte der AA und der Erfolg dieses Werkzeugs haben viele Alkoholiker aus Krankheit und Verzweiflung zu Gesundheit und einem guten Leben geführt.

Im Jahr 1991, an einem Punkt, an dem in unserer Beziehung alles verloren schien, geschah ein Wunder und es gab einen dramatischen Wendepunkt in unserer Beziehung. Unsere Paarbeziehung, die völlig hoffnungslos und tot schien, erlebte einen wundervollen Neubeginn, der zu einem neuen, liebevollen, andauernden Abenteuer führte. Der Phönix unserer Beziehung stieg neugeboren aus der Asche. Die Richtung und die Energie für unseren Sinnes- und Herzenswandel bekamen wir durch die 12 Schritte, welche für die Genesung von Beziehungen angepasst wurden, sowie die Gründung von Recovering Couples Anonymous (Anonyme Paare in Genesung).

Es besteht für uns kein Zweifel, dass wir durch göttliches Eingreifen oder göttlichen "Zufall" in diese wunderbaren zwölf Anweisungen eingeführt wurden. Wir beide verstehen jetzt die Größe dieses Geschenks, seinen unfassbaren Wert und wir empfinden eine tiefe und anhaltende Dankbarkeit für unser Glück.

Damals gab es weltweit nur fünf RCA-Gruppen und die Literatur bestand aus einem schlichten weißen Umschlag mit dem Poststempel von Golden Valley, Minnesota. Der Umschlag enthielt mehrere kopierte, maschinengeschriebene Seiten. Eine dieser Seiten enthielt die 12 Schritte dieses neuen Programms namens Recovering Couples Anonymous. Es war diese Liste der Anweisungen – zwölf nummerierte Sätze – auf die wir unser ganzes Leben lang gewartet hatten. Und sie wurde uns in unserer verzweifeltsten Stunde der Not zugestellt. Heute erscheint diese Liste natürlich so einfach, aber damals war sie der Schlüssel zur Beruhigung der wütenden See, die unsere Beziehung und unser Leben zu verschlingen drohte.

Zu dieser Zeit hatten wir bereits beschlossen uns scheiden zu lassen, aber wir kamen überein, diese Entscheidung auf Eis zu legen. Wir haben uns beide für das 12-Schritte-Programm von RCA entschieden und wollten die Schritte so schnell und so ehrlich wie möglich bearbeiten. Da es in RCA anfänglich keinen Leitfaden für die Schritte gab, basierte unsere 12-Schritte-Arbeit auf dem Material anderer 12-Schritte Gemeinschaften, das wir fanden und an RCA anpassten sowie auf bestehenden therapeutischen Praktiken. Das nächstgelegene Meeting war über 600 Meilen entfernt. Da wir wussten, dass wir auf jeden Fall jemanden brauchten, der uns auf diesem neuen Weg Halt geben könnte, baten wir ein anderes Paar, das am Rande des Abgrunds stand, sich mit uns auf eine Paarreise mit diesem neuen Prozess zu begeben. Wir alle kamen überein, uns einmal pro Woche zu treffen, um zu besprechen, wie wir den Anweisungen bzw. den 12 Schritten folgen wollen, die auf diesem kostbaren Stück Papier standen. Dies war der Beginn der sechsten RCA-Gruppe.

Als die Gruppe wuchs, baten uns immer mehr Paare, sie zu sponsern. Da es damals keine RCA-Literatur gab, die wir als Leitfaden verwenden konnten, begannen wir, auf der Grundlage unseres Wissens und unserer Erfahrungen einen eigenen Leitfaden zu entwickeln.

Als Resultat unseres gemeinsamen Gebets und unserer Meditation, in der wir – wie es der 11. Schritt empfiehlt – um Führung durch unsere Höhere Macht baten, wurde uns klar, dass unsere Erfahrungen mit der Heilung unserer Beziehung einem höheren Zweck dienen müsse. Dieser Zweck war, unser Wissen aufzuschreiben, um es anderen zur Verfügung zu stellen. Nach jahrelanger Arbeit mit Paaren als Sponsoren und Mentoren und der Entwicklung eines Schritte-Leitfadens haben wir unsere Erfahrung, Kraft und Hoffnung in dieses Buch einfließen lassen. Für uns ist dieses Buch nicht nur ein Leitfaden für andere, sondern auch unsere eigene Genesungsgeschichte.

Während ihr dieses Buch lest und durcharbeitet, solltet ihr wissen: genau wie es "viele Wege nach Rom" gibt, so gibt es auch viele Wege, die 12 Schritte von RCA zu erarbeiten. Dies ist nicht **DER** Weg, sondern **EIN** Weg. Wir bitten nur darum, dass ihr einen offenen Geist bewahrt und den Weg findet, der für euch und eure Paarbeziehung am besten funktioniert. Seid furchtlos. Seid gründlich. Und vor allem, liebt euch selbst

und liebt einander.

Zwölf-Schritte-Programme werden als spirituelle Programme betrachtet und RCA ist da keine Ausnahme. Das Wort "Gott" findet sich in diesem Buch ebenso wie die Worte "Höhere Macht" und "Schöpfer". Wir verwenden diese Worte synonym.

Es ist uns ein Anliegen, etwas über unsere Wahl der Verwendung von Pronomen (Fürworten) in diesem Buch zu erwähnen. Ein gängiger Stil wäre, "du" zu verwenden, wenn wir dich, den Leser, ansprechen, und "wir", wenn wir uns, die Autoren, meinen. Für uns könnte sich diese Wortwahl so anfühlen, als wären wir, die Autoren, Profis oder Experten, die anderen sagen, wie sie die Arbeit machen sollen. In Wahrheit sind wir auch ein Paar in der Genesung und es war uns ein Bedürfnis, uns selber jedes Mal, wenn eine Situation angesprochen wird, in das universellere "wir" einzuschließen. Du wirst "unser" anstelle von "eure" und andere ähnliche Wortverwendungen finden. Sowohl ihr als auch wir, die Autoren, befinden uns alle gemeinsam auf dieser abenteuerlichen Reise. Das "wir" schließt diejenigen ein, die diese Arbeit schon vorher gemacht haben, "wir", die die Arbeitsweise erklären, so als ob wir in einem Kreis sitzen und zusammen arbeiten und "wir", die jetzt tatsächlich die Arbeit aus dem Buch machen. Wir benutzen "Ihr" und "euer", das euch von uns unterscheidet, nur dann, wenn wir es für die Klarheit als notwendig erachten. Wir möchten die Quellen würdigen, ohne jene dieses Buch nicht möglich wäre. Das ursprüngliche 12-Schritte-Programm von AA hat uns den Weg gewiesen und als die Anonymen Alkoholiker in ihrem Zwölften Schritt vorschlugen, dass wir "diese Prinzipien in all unseren Angelegenheiten praktizieren", haben wir sie beim Wort genommen. Wir sind auch ausgesprochen dankbar für die Arbeit der beiden RCA-Gründungsgruppen: die Aktivitäten in Golden Valley, Minnesota, die den Weg wiesen, und die AA-Pärchengruppen in Oakland, Kalifornien, die sich in der jungen RCA-Bewegung zusammenschlossen. Und natürlich besteht jede Bewegung aus Menschen, und in diesem Fall aus Paaren, die furchtlos nach RCA gegriffen haben, für ihre eigenen Wunder gearbeitet haben und dem Programm auf so viele Arten gedient haben. Und ein besonders herzlicher Dank geht an die RCA-Gemeinschaft und die „betrauten Diener“ die dieses Buch als ein Werkzeug der Paarheilung möglich machen.

In tiefer Dankbarkeit,

Diane und Glenn A.
Diane und Glenn A.