

כיצד הדבר פועל

רק לעתים נדירות ראינו אדם נכשל לאחר שהלך בדרכנו ביסודיות. אלה שאינם מחלימים הם אנשים שאינם יכולים או אינם רוצים להתמסר לתכנית פשוטה זו. בדרך כלל גברים ונשים, שאינם מסוגלים כלל להיות כנים עם עצמם. יש אומללים כאלה. אין זו אשמתם, נראה שכך נולדו. מטבעם אינם יכולים להבין ולפתח דרך חיים הדורשת כנות מוחלטת. סיכוייהם קטנים מהממוצע. יש גם כאלה הסובלים מהפרעות רגשיות ונפשיות חמורות, אבל רבים מהם מחלימים אם ביכולתם להיות כנים.

סיפורינו מגלים באורח כללי מה היינו בעבר, מה קרה ומה אנחנו עכשיו. אם החלטתם שאתם רוצים את מה שיש לנו ואתם מוכנים לעשות את כל מה שיידרש כדי להשיג זאת – הרי אתם מוכנים לנקוט בצעדים מסוימים.

מכמה מהם נרתענו. חשבנו שנוכל למצוא דרך קלה ונוחה יותר, אך לא יכולנו. אנו מבקשים מכם בכל הרצינות לנהוג ללא פחד וביסודיות מההתחלה. אחדים מאתנו דבקו בהשקפותיהם הנושנות, אך ללא תוצאה, עד שנכנענו לחלוטין.

זכרו שאנו עוסקים באלכוהול – ערמומי, מבבל ורב

עוצמה! ללא עזרה לא נוכל לו. אבל יש אחד אשר לו מלוא הכוח, והוא אלוהים. מי ייתן ותמצאו אותו עכשיו! דרכי ביניים לא העלו דבר. עמדנו על פרשת דרכים. ביקשנו את חסותו בכל מאודנו. אלה הצעדים שנקטנו המוצעים כתוכנית להחלמה:

1. הודינו שאנו חסרי אונים מול האלכוהול ושאבדה לנו השליטה על חיינו.
2. הגענו לאמונה שכוח גדול מאתנו יכול להחזיר לנו את שפיות דעתנו.
3. החלטנו למסור את רצוננו ואת חיינו להשגחת אלוהים - **כפי שאנו מבינים אותו**.
4. עשינו חשבון נפש נוקב וחסר פחד.
5. התוודינו בפני אלוהים, בפני עצמנו ובפני אדם נוסף על טבעם המדויק של פגמינו.
6. היינו נכונים לחלוטין שאלוהים ישחרר אותנו מכל הפגמים באופיינו.
7. ביקשנו אותו בעֲנָה שישחרר אותנו מחסרונותינו.
8. ערכנו את רשימת כל האנשים שבהם פגענו, והיינו מוכנים לכפר על כל מעשינו בפניהם.
9. כיפרנו על מעשינו במישרין בפני כל מי שיכולנו, חוץ מאותם המקרים שמעשה זה היה עלול לפגוע בהם או באחרים.
10. המשכנו בחשבון הנפש וכאשר שגינו הודינו בכך מיד.
11. ביקשנו בדרך של תפילה ושל הרהורים לשפר את הקשר התודעתי עם אלוהים - **כפי שאנו מבינים אותו**, כשאנו מתפללים רק לדעת את רצונו מאתנו ומבקשים את הכוח לבצע זאת.

12. כשעברנו התעוררות רוחנית כתוצאה מצעדים אלה, ניסינו לשאת מסר זה לאלכוהוליסטים וליישם עקרונות אלה בכל תחומי חיינו.

רבים מאתנו קראו: "איזו תכנית! אני יכול לעמוד בה". אל ייאוש. איש מאתנו לא הצליח לחיות על פי עקרונות אלה בצורה מושלמת. איננו קדושים. העיקר הוא שאנו מוכנים להתפתח מבחינה רוחנית. העקרונות שהצבנו מְנַחִים להתפתחות. אנחנו שואפים להתפתחות רוחנית, ולא לשלמות רוחנית.

תיאור האלכוהוליסט, הפרק לאגנוסטיים וסיפור התנסויותינו האישיות אז והיום מבהירים שלושה רעיונות:

- א. שהיינו אלכוהוליסטים ולא יכולנו לנהל את חיינו.
- ב. שכנראה שום כוח אנושי לא יכול היה לגמול אותנו מהאלכוהול.
- ג. שאלוהים יכול ואף יעשה כן אם נבקש אותו.

לאחר שהשתכנענו, **הגענו לצעד השלישי** האומר: החלטנו למסור את רצוננו ואת חיינו להשגחת אלוהים, כפי שאנו מבינים אותו. מהי כוונתנו ומה עלינו לעשות? הדרישה הראשונה היא שנהיה משוכנעים, שכל צורת חיים המבוססת על רצון עצמי תתקשה להצליח. על בסיס צורת חיים כזו אנו נמצאים כמעט תמיד במסלול התנגשות עם משהו או עם מישהו, על-אף שמניעינו טובים. רוב האנשים מנסים לפעול בעצמם ועל פי ראות עיניהם. כל אדם הוא כמו שחקן הרוצה לנהל את ההצגה כולה; הוא מנסה כל הזמן לסדר את התאורה, את המחול, את התפאורה ואת שאר השחקנים בדרך שלו.

אם רק יותירו את הדברים כפי שהוא אירגן אותם, אם רק יעשו כדבריו, ההצגה תהיה נהדרת. כולם ייהנו, גם הוא עצמו. החיים יהיו נהדרים. השחקן שלנו יכול להיות וירטואוזי למדי בניסיונותיו לארגן הכול. הוא עשוי להיות נחמד, מתחשב, סבלן ונדיב. אפילו צנוע וותרן. מצד שני, הוא עלול להיות אכזרי, אנוכי וחסר כנות. אבל כמו אצל רוב בני האדם, יש להניח שיש לו מגוון תכונות.

מה קורה בדרך כלל? ההצגה לא כל כך מצליחה והוא מתחיל לחשוב שהחיים אינם הוגנים כלפיו. הוא מחליט להתאמץ יותר. בפעם הבאה הוא דורש עוד יותר, או נעשה אדיב עוד יותר, תלוי במקרה. ועדיין המחזה לא מתאים לו. הוא מודה אמנם שגם בו יש אשם, אבל הוא בטוח שהאחרים אשמים יותר. הוא מתמלא זעם ורחמים עצמיים. מהי בעייתו הבסיסית? האם אינו מחפש אחר תועלת לעצמו גם כשהוא מנסה לנהוג בהתחשבות? האם אינו מרבה לאשליה שביכולתו לסחוט סיפוק והנאה מהעולם, אם רק ינהל את הדברים בהצלחה? האם לא ברור לשאר השחקנים שאלה הם הדברים שהוא רוצה? והאם מעשיו אינם גורמים לכל אחד מהם לרצות לנקום בו ולחטוף לעצמו כל מה שיוכל? האם אינו יוצר יותר בלבול מאשר הרמוניה אפילו ברגעיו הטובים ביותר?

השחקן שלנו הוא אנוכי - או אגוצנטרי, כפי שמכנים זאת היום. הוא דומה לאיש עסקים בדימוס המשתזף בשמש החורף בפלורידה בעודו מתלונן על מצבה העגום של האומה; לכומר הנאנח בגלל חטאי המאה העשרים ולפוליטיקאים ולמתקני העולם הבטוחים שהכול יהיה מושלם אם רק יידע שאר העולם כיצד להתנהג;

לעברייך, מפצח הכספות, החושב שהחברה עשתה לו עוול; לאלכוהוליסט שאיבד הכול והוא מאושפז. יהיו מחאותינו אשר יהיו, האם רובנו איננו עסוקים רק בעצמנו, בטינה שלנו או ברחמינו העצמיים?

אנוכיות וריכוז עצמי! אלה הם לדעתנו שורשיהם של בעיותינו. כשאנו מונעים בידי מאות צורות של פחד, הונאה עצמית, חיפוש תועלת עצמית ורחמים עצמיים, אנו דורכים על רגלי חברינו, והם מחזירים לנו מידה כנגד מידה. לעתים הם מכאיבים לנו, לכאורה בלי התגרות מצדנו, אבל תמיד אנו מגלים שמתישו בעבר קיבלנו החלטות המבוססות על אנוכיות והן שהפכו אותנו לפגיעים.

כך שלדעתנו צרותינו הן בעיקרן מעשה ידינו. הן נובעות מאתנו, והאלכוהוליסט הוא דוגמה קיצונית להשתוללות של רצון עצמי, אף שלרוב אינו חושב כך. מעל לכל עלינו, האלכוהוליסטים, להיפטר מהאנוכיות הזו. אנחנו חייבים לעשות זאת, או שהדבר יהרוג אותנו. אלוהים מאפשר זאת, ולעתים קרובות נדמה שאי אפשר להיפטר לחלוטין מהאנוכיות ללא עזרתו. לרבים מאתנו היו אמונות פילוסופיות ומוסריות למכביר, אבל לא יכולנו להיות לאורך, על אף שרצינו בכך. לא הצלחנו גם להפחית בהרבה את התרכזותנו בעצמנו באמצעות רצוננו או בכוחות עצמנו. נזקקנו לעזרת אלוהים.

אלה הם ה"למה" וה"איך" של העניין. ראשית, היה עלינו להפסיק לשחק את אלוהים. זה לא עבד. אחר כך החלטנו שמרגע זה אלוהים יהיה הבימאי שלנו בדרמה של החיים. הוא המנהל ואנו סוכניו; הוא האב ואנו ילדיו. רוב הרעיונות הטובים הם פשוטים, ותפיסה זו הייתה אבן היסוד לשער הניצחון החדש שדרכו עברנו אל החופש.

כשעשינו זאת בכנות קרו כל מיני דברים בלתי רגילים. היה לנו "מעסיק" חדש. בהיותו כל-יכול הוא סיפק את כל צרכינו, אם היינו קרובים אליו וביצענו את עבודתו כהלכה. כשהסתמכנו על יסודות אלה נעשינו פחות ופחות עסוקים בעצמנו, בתכניותינו הקטנות ובתכנונינו. התחלנו להתעניין יותר ויותר במה שביכולתנו לתרום לחיים. כשהרגשנו בכוח החדש הזורם בתוכנו, כשנהנינו משלוות נפש, כשגילינו שביכולתנו להתמודד עם החיים בהצלחה, כשנעשינו מודעים לנוכחות האל, התחלנו לאבד את הפחד שלנו מהיום, מהמחר ומהעתיד - נולדנו מחדש.

היינו כעת בצעד השלישי. רבים מאתנו אמרו לבוראנו **כפי שאנו מבינים אותו**: "אלי, אני מעמיד את עצמי לרשותך, לבנות אתי ולעשות עמי כרצונך. שחרר אותי מהשעבוד לעצמי, כדי שאוכל להיטיב למלא את רצונך. הסר מעלי את קשיי, כדי שניצחוני עליהם יהווה עדות לאלה שאעזור להם - לכוחך, לאהבתך ולדרך חייך. מי ייתן ואעשה רצונך תמיד." חשבנו היטב בטרם עשינו צעד זה ווידאנו שאנו מוכנים; שנוכל סוף סוף למסור את עצמנו לידיו לחלוטין.

מצאנו שרצוי מאוד לעשות צעד רוחני זה עם אדם מבין, כמו בת הזוג שלנו, חברנו הטוב ביותר או יועץ רוחני. אבל מוטב לפגוש את אלוהים לבד מאשר עם מישהו שלא יבין. נוסח הדברים הוא בלתי מחייב, כמובן, כל עוד אנו מבטאים את הרעיון ומביעים אותו בקול רם וללא הסתייגות. הייתה זו רק התחלה, אף שאם נעשה בכנות ובעֲנָה, הורגשה בעקבותיה לעתים תוצאה ניכרת ומידית.

לאחר מכן יצאנו לדרך פעולה נמרצת, שראשיתה בניקיון ביתנו, דבר שרבים מאתנו לא ניסו לעשות מעולם.

אף שהחלטתנו הייתה חיונית ומכרעת, תוכל להיות לה רק השפעה קטנה מאוד לאורך זמן, אם לא נלווה אותה מיד בניסיון אמיץ לעמוד בפני הדברים שחסמו אותנו ובניסיון מידי להיפטר מהם. המשקה היה רק הסימפטום. היה עלינו לרדת לשורש המצב ולגורמים לו.

לכן התחלנו בחשבון נפש אישי - **זה היה הצעד הרביעי**. עסק שאינו עושה ספירת מלאי נהרס בדרך כלל. כשעושים ספירת מלאי במסחר מבררים את העובדות ומקבלים אותן כפי שהן. נדרש מאמץ כדי לגלות את האמת בקשר למלאי הקיים. מטרה אחת היא לאתר סחורות פגומות, או בלתי ניתנות למכירה, ולהיפטר מהן מיד וללא חרטה. אם בעל העסק רוצה להצליח, הוא אינו יכול להוליד את עצמו שולל בנוגע לערכם של הדברים.

עשינו בדיוק אותו דבר לגבי חיינו. ערכנו ספירת מלאי כנה. ראשית, חיפשנו את הפגמים באופיינו שגרמו לכישלוננו. כשהשתכנענו שהאנוכיות, שבאה לידי ביטוי במגוון צורות, היא שהביסה אותנו, בדקנו את גילוייה השכיחים ביותר.

הטינה היא זו שפוגעת יותר מכל. היא הורסת יותר אלכוהוליסטים מכל דבר אחר. ממנה נובעות כל הצורות של מחלות רוחניות, שהרי היינו חולים לא רק בנפשנו ובגופנו, אלא גם ברוחנו. כשאנו מתגברים על המחלה הרוחנית, אנחנו מתחזקים גם מבחינה נפשית וגופנית. כשאנו עוסקים ברגשות טינה אנו מעלים אותם על הכתב. ערכנו את רשימת האנשים, המוסדות או העקרונות שהכעיסו אותנו. שאלנו את עצמנו מדוע כעסנו עליהם. בדרך כלל גילינו שהערכתנו העצמית, מצבנו הכספי, שאיפותינו ויחסינו האישיים (לרבות יחסי מין) נפגעו או היו מאוימים. ולכן כאבנו. נכוונו.

ברשימת הטינות שלנו רשמנו ליד כל שם את סוג הפגיעה שחשנו. האם נפגעו הערכתנו העצמית, ביטחוננו, שאיפותינו, יחסינו האישיים או המיניים?
לרוב דייקנו, כמו בדוגמה הבאה:

יש לי טינה	הסיבה	כיצד הדבר פוגע
כלפי:		בי:
מר בראון	תשומת הלב שהוא מפנה לאשתי.	קשרים מיניים. הערכה עצמית (פחד)
	סיפר לאשתי על המאהבת שלי.	קשרים מיניים. הערכה עצמית (פחד)
	בראון עלול לקבל את התפקיד שלי במשרד.	ביטחון. הערכה עצמית (פחד)
גב' ג'ונס	היא משוגעת - היא בזה לי. היא אשפזה את בעלה בגלל שתייה.	יחסים בין-אישיים. הערכה עצמית (פחד)
המעביד שלי	הוא חבר שלי. היא רכלנית. הוא לא הגיוני. לא הגון.	הערכה עצמית (פחד)
	שתלטן - מאיים לפטר אותי בגלל השתייה וניפוח חשבון ההוצאות שלי.	ביטחון.
אשתי	לא מבינה אותי ומנדנדת. מחבבת את בראון. רוצה שארשום את הבית על שמה.	גאווה - יחסי מין בין אישיים - ביטחון (פחד)

סקרנו שוב ושוב את חיינו. דבר לא נלקח בחשבון מלבד יסודיות וכנות. כשסיימנו עיינו ברשימה בתשומת לב. הדבר הראשון שבלט לעין היה שהעולם והאנשים בו טעו לגמרי לעתים קרובות. רובנו הגענו רק למסקנה זו. התוצאה היתה, לרוב, שאנשים המשיכו לגרום לנו עוול ואנחנו נותרנו כעוסים. לעתים חשנו חרטה ואז הופנה כעסנו כלפי עצמנו. אבל ככל שנלחמנו יותר וניסינו לנהל את הדברים, כך הלך מצב העניינים והורע. כמו במלחמה, רק **נדמה** היה שהמנצח זכה. רגעי הניצחון שלנו היו קצרים.

מובן שחיים שיש בהם טינה עמוקה מובילים רק לחוסר משמעות ולאומללות. השעות שאנחנו מרשים לעצמנו לבזבז על טינה היו יכולות להיות בעלות ערך. אך לאלכוהוליסט, שתקוותו להחלמה טמונה בתחזוקתה ובהתפתחותה של חוויה רוחנית, בעיית הטינה היא קטלנית ביותר. גילינו שזה עניין של חיים ומוות. כאשר אנו שומרים רגשות כאלה, אנו נאטמים בפני אור השכינה. הטירוף האלכוהולי שב ואנחנו חוזרים לשתות. ועבורנו - לשתות פירושו למות.

אם רצינו להיות, היה עלינו להשתחרר מהכעס. התמרמרות וסערת רוחות לא היו בשבילנו. אולי אנשים נורמליים יכולים להרשות לעצמם מותרות מפוקפקים אלה, אבל לאלכוהוליסטים זהו רעל.

חזרנו לרשימה, כי בה היה טמון המפתח לעתיד. היינו מוכנים לראותה מנקודת מבט שונה לחלוטין. התחלנו לראות שהעולם והאנשים בו באמת שלטו בנו. במצב זה היה בכוחן של העוולות המדומות או האמיתיות שגרמו לנו אחרים להרוג אותנו ממש. איך יכולנו להימלט? ראינו שעלינו לשלוט ברגשות טינה אלה, אבל כיצד? לא יכולנו לשאוף שייעלמו, כשם שלא יכולנו לשאוף שהאלכוהול ייעלם.

זו הייתה דרכנו: הבנו שייתכן שהאנשים שפגעו בנו היו

חולים מבחינה רוחנית. למרות שלא אהבנו את הסימפטומים שלהם ואת הדרך שבה אלה הפריעו לנו, הרי שגם הם היו חולים בדיוק כמונו. ביקשנו מאלוהים שיעזור לנו להפגין כלפיהם סובלנות, רחמים וסבלנות, כפי שהיינו מפגינים בשמחה כלפי חבר חולה. כשמישהו העליב אותנו אמרנו לעצמנו: "אדם זה חולה, כיצד אוכל לעזור לו? אלוהים, הצל אותי מהכעס. רצונך ייעשה".

אנחנו נמנעים מנקמה ומוויכוח. לא היינו נוהגים כך באדם חולה. אם אנו עושים זאת, אנחנו הורסים את הסיכוי שלנו לעזור. איננו יכולים לעזור לכל האנשים, אבל לכל הפחות נראה לנו אלוהים כיצד נוכל לראות כל אחד ואחד מנקודת מבט סובלנית וטובת לב.

נפנה שוב אל ספירת המלאי שלנו. הנחנו לעוולות שגרמו לנו אחרים וחיפשנו בנחישות אחר שגיאותינו-אנו. היכן היינו אנו אנכיים, חסרי כנות, היכן חיפשנו תועלת לעצמנו והיכן היינו מפוחדים? אף שהמצב לא היה לגמרי באשמתנו, ניסינו להתעלם לחלוטין מהאדם האחר שהיה מעורב. היכן היינו אנו אשמים? חשבון הנפש היה שלנו, לא של האדם האחר. כשראינו את טעויותינו ערכנו אותן ברשימה. הצגנו אותן לנגד עינינו בשחור על גבי לבן. הודינו בשגיאותינו בכנות והיינו מוכנים ליישר את ההדורים.

שימו לב שהמילה "פחד" מופיעה בסוגריים ליד הבעיות עם מר בראון, גב' ג'ונס, המעסיק והרעייה. מילה קצרה זו נוגעת כמעט לכל תחום של חיינו. היה זה חוט מקשר רע ומכרסם; אריג הקיום שלנו היה שזור בחוטים כאלה. הוא יצר נסיבות שהביאו לנו צרות, שלדעתנו לא הגיעו לנו. אבל האם לא אנו עצמנו התחלנו תהליך זה?

לפעמים אנחנו חושבים שצריך לסווג את הפחד עם גניבה. נראה שהוא גורם לבעיות גדולות עוד יותר.

סקרנו את פחדינו ביסודיות. אנחנו מעלים אותם על הכתב, אף שלא היו לנו רגשות טינה ביחס אליהם. שאלנו את עצמנו מדוע היו לנו פחדים. האם לא משום שההסתמכות על עצמנו הכשילה אותנו? ההסתמכות על עצמנו הוליכה אותנו פְּבֶרֶת דרך, אך לא את הדרך כולה. לאחדים מאתנו היה פעם ביטחון עצמי רב, אך הוא לא פתר באמת את בעיית הפחד או כל בעיה אחרת. כשהוא הפך אותנו לשחצנים, המצב החמיר עוד יותר.

אולי יש דרך טובה יותר - אנחנו חושבים שקיימת דרך כזו, כי אנחנו נמצאים כעת על בסיס שונה; בסיס שבו אנחנו בוטחים באלוהים וסומכים עליו. אנחנו בוטחים באלוהים הנצחי במקום בעצמנו, בני התמותה. אנו חיים כדי למלא את התפקיד שהוא ייעד לנו. אם נפעל כפי שאנו חושבים שהיה רוצה שנפעל, ונבטח בו בַּעֲנָה, הוא יאפשר לנו לקדם פני כל פורענות בשלוות נפש.

איננו מתנצלים בפני איש על תלותנו בבורא. אנחנו יכולים ללגלג על אלה שחושבים שרוחניות היא דרך של חולשה. באופן פרדוקסאלי זוהי דרך של עוצמה. מאז ומעולם משמעות האמונה היא אומץ. לכל המאמינים יש אומץ. הם שמים את מבטחם באלוהים שלהם. לעולם איננו מתנצלים בשם אלוהים. בַּמָּקוֹם זה אנו נותנים לו להראות באמצעותנו מה ביכולתו לעשות. אנו מבקשים שיסיר את פחדינו ושיראה לנו מה היה רוצה שנהיה. מיד מתחיל הפחד לנטוש אותנו.

ועכשיו באשר למין. לרבים מאתנו נדרש ניעור בנושא. מעל הכול ניסינו להיות הגיוניים בשאלה זו. קל מאוד לרדת כאן מהפסים. בתחום זה אנו מגלים שבני האדם מחזיקים בדעות קיצוניות – אפילו עד אבסורד. יש קולות הזועקים שמין הוא תאווה הנובעת מהטבע הנחות שלנו, צורך הכרחי למטרת

רבייה ותו-לא. קולות אחרים מצדדים במין וקוראים להרבות בו; הם מספידים את מוסד הנישואין; הם חושבים שמקורן של רוב בעיות המין האנושי טמון בענייני מין. הם חושבים שאין לנו די ממנו, או שהוא איננו מהסוג הנכון. הם רואים את השפעתו בכל מקום. אסכולה אחת אינה מתירה לאדם לתבל את מזונו, והאחרת רוצה שנהיה ניזונים מאוכל מפולפל ביותר. ברצוננו להישאר מחוץ למחלוקת זו. איננו רוצים להיות השופטים של התנהגותו המינית של איש. לכולנו יש בעיות מין. לא היינו בני אנוש אם לא היו לנו בעיות. מה נוכל לעשות בנוגע אליהן?

סקרנו את התנהגותנו בשנים שחלפו. היכן היינו אנוכיים, חסרי כנות או בלתי מתחשבים? במי פגענו? האם עוררנו קנאה, חשד או מרידות ללא הצדקה? היכן שגינו ומה היה עלינו לעשות במקום זה? העלינו כל זאת בכתב והבטנו בכתוב.

בדרך זו ניסינו לגבש אידיאל שפוי והגיוני לחיי המין שלנו בעתיד. העמדנו כל קשר שהיה לנו למבחן זה - האם היה אנוכי או לא? ביקשנו מאלוהים לעצב את האידיאלים שלנו ולעזור לנו לחיות לפיהם. זכרנו תמיד, שכוחות המין שלנו ניתנו לנו בידי אלוהים, ולכן הם כוחות טובים, ואל לנו להשתמש בהם בקלות ראש או באנוכיות, גם לא לבזו להם או לתעב אותם.

יהיה אשר יהיה האידיאל שלנו, עלינו להיות נכונים להתפתח לקראתו. עלינו להיות נכונים לכפר על מעשינו במקום שבו גרמנו עוול, בתנאי שהדבר לא יגרום נזק נוסף. במילים אחרות, אנחנו עוסקים במין כמו בכל בעיה אחרת. באמצעות תפילה והרהורים אנו שואלים את אלוהים מה עלינו לעשות בכל עניין. התשובה הנכונה תגיע אם נרצה בה. רק אלוהים יכול לשפוט את מצבנו בענייני מין.

לעתים קרובות כדאי להתייעץ עם אדם נוסף, אבל אנחנו שומרים את זכות השיפוט הסופי לאלוהים. אנחנו מבינים שיש אנשים שהם מחמירים בקשר למין, ויש אחרים שהם מתירנים. אנו נמנעים ממחשבות ועצות נמהרות.

נניח שלא נצליח להגיע לאידיאל שבחרנו ונמעד? האם פירוש הדבר ששוב נשתכר? יש האומרים לנו שכך יקרה. אבל זו רק חצי אמת. הדבר תלוי בנו ובמניעים שלנו. אם אנחנו מצטערים על מה שעשינו, ויש לנו תשוקה כנה לתת לאלוהים להנחות אותנו לעשיית מעשים טובים יותר, אנו מאמינים שיסולח לנו ושלמד מכך לקח. אם לא נצטער, והתנהגותנו תמשיך לפגוע באחרים, יש להניח שנחזור לשתייה. איננו עוסקים בתאוריה. אלה הן עובדות שלמדנו מניסיונו.

לסיכום העיסוק בנושא המין: אנחנו מתפללים בכנות להגיע לאידיאל הנכון, להדרכה במצבים בלתי ברורים, לשפיות ולכוח לעשות את הדבר הנכון. אם ענייני מין מטרידים אותנו מאוד, אנחנו מקדישים יותר מאמץ בעזרה לאחרים. אנחנו חושבים על הצרכים שלהם ופועלים למענם. זה מוציא אותנו מתוך עצמנו. זה משקיט את הדחף החזק, שההיענות לו סופה בכאב לב.

אם היינו יסודיים בעריכת חשבון הנפש שלנו, הרי שִׁכְתֵּבְנו הרבה. מנינו את הטינות שלנו וניתחנו אותן. התחלנו להבין עד כמה הן חסרות תועלת וקטלניות. התחלנו לראות את ההרס הנורא שהן זורעות. התחלנו ללמוד לנהוג בסובלנות, בסבלנות ומתוך רצון טוב כלפי כל בני האדם, אפילו כלפי אויבינו, כי אנו רואים אותם כאנשים חולים. ערכנו את רשימת האנשים שבהם פגענו בהתנהגותנו והיינו מוכנים ליישר את ההדורים אִתָּם, אם הדבר ניתן.

בספר זה אתה קורא פעם אחר פעם, שהאמונה עשתה

עבורנו את מה שלא יכולנו לעשות למען עצמנו. אנחנו מקווים שאתה משוכנע כעת, שאלוהים יכול להסיר כל מחסום שהציבה האנוכיות בינך לבינו. אם כבר הגעת לידי החלטה וערכת רשימה של פגמי אופיך הניכרים ביותר, הרי זו התחלה טובה. פירוש הדבר שזכית לראות מספר אמיתות משמעותיות בנוגע לעצמך ולעכל אותן.