

12 шагов Анонимных Алкоголиков

- 1. Мы признали свое бессилие перед алкоголем, признали, что мы потеряли контроль над собой.**
- 2. Пришли к убеждению, что только Сила более могущественная, чем мы, может вернуть нам здравомыслие.**
- 3. Приняли решение препоручить нашу волю и нашу жизнь Богу, как мы Его понимали.**
- 4. Глубоко и бесстрашно оценили себя и свою жизнь с нравственной точки зрения.**
- 5. Признали перед Богом, собой и каким-либо другим человеком истинную природу наших заблуждений.**
- 6. Полностью подготовили себя к тому, чтобы Бог избавил нас от всех наших недостатков.**
- 7. Смиренно просили Его исправить наши изъязны.**
- 8. Составили список всех тех людей, кому мы причинили зло, и преисполнились желанием загладить свою вину перед ними.**
- 9. Лично возмещали причиненный этим людям ущерб, где только возможно, кроме тех случаев, когда это могло повредить им или кому-либо другому.**
- 10. Продолжали самоанализ и, когда допускали ошибки, сразу признавали это.**
- 11. Стремилась путем молитвы и размышления углубить соприкосновение с Богом, как мы понимали Его, молясь лишь о знании Его воли, которую нам надлежит исполнить, и о даровании силы для этого.**
- 12. Достигнув духовного пробуждения, к которому привели эти шаги, мы старались донести смысл наших идей до других алкоголиков и применять эти принципы во всех наших делах.**