

Как работи това?

Ако искате да приемете това, което ви предлагаме и сте склонни да положите усилия, за да го постигнете, то вие сте готови да предприемете някои определени стъпки. Това са принципите, които направиха възможно нашето възстановяване:

1. Ние признахме, че сме безсилни пред нашата зависимост и че животът ни е станал неуправляем.
2. Ние започнахме да вярваме, че Сила по-могъща от нас самите, би могла да ни върне здравия разум.
3. Ние взехме решение да поверим волята и живота си на грижата на Бог, *както Го разбирахме*.
4. Ние направихме дълбок и безстрашен морален анализ на самите себе си.
5. Ние признахме пред Бог, пред себе си и пред друго човешко същество истинската същност на своите грешки.
6. Ние бяхме напълно готови Бог да отстрани всички тези дефекти на характера ни.
7. Ние смирено Го помолихме да отстрани нашите недостатъци.
8. Ние съставихме списък на всички хора, които бяхме наранили и станахме готови да поправим причинените щети.
9. Ние лично поправихме причинените щети пред тези хора, с изключение на случаите, в които това би навредило на тях или на други хора.
10. Ние продължихме да се самоанализираме и когато допускахме грешки, веднага си ги признавахме.
11. Ние се стремяхме чрез молитва и медитация да подобрим съзнателния си контакт с Бог, *както Го разбирахме*, молейки се единствено да узнаем Неговата воля за нас и да ни дари със силата да я изпълним.
12. Достигнали до духовно пробуждане в резултат на изпълнението на тези стъпки, ние се стремяхме да предаваме посланието на други зависими и да прилагаме тези принципи във всичките си дела.

(Следва)

Това звучи като прекалено трудна задача и ние не можем да я изпълним наведнъж. Не станахме зависими за един ден, така че запомнете: *карайте полека*.

Съществува едно нещо, което повече от всичко друго ще ни проваля в нашето възстановяване: това е безразличието и нетърпимостта по отношение на духовните принципи. Три от тях са крайно необходими: честност, непредубеденост и готовност за действия. С тях ще сме на прав път.

Ние чувстваме, че нашият подход към болестта на зависимостта е напълно реалистичен, тъй като помощта оказана от един зависим на друг притежава несравнима терапевтична стойност. Ние считаме, че нашият път е практичен, тъй като един зависим може най-добре да разбере друг зависим и да му помогне. Ние вярваме, че колкото по-скоро се изправим пред своите проблеми в обществото ни, в ежедневието живот, толкова по-скоро ще станем приети, отговорни и продуктивни членове на това общество.

Единственият начин да не се завърнем към активна зависимост, е да не вземаме тази първа доза. Ако вие сте като нас, то вие знаете, че една доза е твърде много, а хиляда никога не стигат. Ние особено наблюдаваме на това, тъй като знаем, че когато употребяваме наркотици под каквато и да е форма или заменяме един наркотик с друг, ние отново напълно освобождаваме нашата зависимост.

Възприемането на алкохола, като нещо различно от другите наркотици, е причинило сриването на изключително много зависими. Преди да дойдем в АН, ние разглеждахме алкохола като нещо различно, но повече не можем да се заблуждаваме относно това. Алкохолът е наркотик. Ние сме хора, обхванати от болестта на зависимостта, които заради възстановяването трябва да се въздържат от всички видове наркотици.