

چگونگی عملکرد

به ندرت کسی را دیده ایم که راه ما را کاملاً پیروی کند و شکست بفرورد. کسانی که بهبود نمی یابند آنهایی هستند که نمی توانند یا نمی خواهند خود را کاملاً به این برنامه ی ساده بسپارند.

آنها معمولاً افرادی هستند که اساساً نمی توانند با خود صادق باشند. چنین بدشانس هایی وجود دارند. آنها مقصر نیستند و به نظر می رسد که این گونه به دنیا آمده اند. آنها طبیعتاً نمی توانند روش زیستی را که نیاز به صداقت کامل دارد، درک و پرورش دهند. شانس آنها کمتر از حد معمول است.

اشفای نیز وجود دارند که از افتلال های شدید احساسی و فکری رنج می برند، اما بسیاری از آنها هتماً بهبود می یابند مشروط بر آنکه ظرفیت صادق بودن را داشته باشند.

داستان های ما به طور کلی بیان کننده ی این می باشد که ما **چگونه بودیم**، **چه اتفاقی برای مان افتاد** و **اکنون**

چگونه هستیم. اگر شما تصمیم گرفته اید آنچه را که ما داریم، به دست آورید و مایلید بدین منظور به هر اقدامی دست بزنید، در آن صورت آماده اید که قدم های مشفصی را بردارید.

ما در مقابل بعضی از این قدم ها طفره رفتیم و فکر کردیم می توانیم راه ساده تر و آسان تری پیدا کنیم ولی نتوانستیم. با همه ی وجود و ملتَمسانه از شما تقاضا داریم که از همان ابتدا کاملاً بی پروا و دقیق باشید.

بعضی از ما سعی کردیم به عقاید کهنه ی خود بپسبیم اما هیچ نتیجه ای نگرفتیم، تا آنکه کاملاً آنها را رها کردیم

به خاطر داشته باشید که با الکل سر و کار داریم - که **هیله گر**، **مبهوت کننده** و **با قدرت** است

بدون کمک غلبه بر آن بیش از حد توان ماست، اما مر جعی وجود دارد که تمام قدرت ها

در دست اوست - که آن فراوند است، باشد که اکنون او را پیدا کنید

از میانبرها حاصلی نگرفتیم. به نقطه ی تغییر رسیدیم. با **تسلیم کامل** از فراوند درخواست محافظت و مراقبت

نمودیم. اینها قدم هایی است که ما برداشتیم و به عنوان یک برنامه بهبودی پیشنهاد می شوند:

(۱) ما پذیرفتیم در مقابل الکل قدرتی نداشتیم - که زندگی مان غیر قابل اداره شده بود.

(۲) به این باور رسیدیم که قدرتی برتر از خودمان قادر است سلامت عقل را به ما بازگرداند.





- ۳) تصمیم گرفتیم اراده و زندگی مان را به مراقبت **فداوند** آن گونه که او را درک کردیم بسپاریم.
- ۴) یک ترازنامه‌ی بی‌باکانه و جستجوگرانه‌ی افلاقی از خود گرفتیم.
- ۵) در برابر فداوند، خودمان و یک انسان دیگر، ماهیت دقیق اشتباهات خود را **پذیرفتیم**.
- ۶) کاملاً آماده بودیم فداوند کلیه‌ی نقص‌های شفصیتی ما را از میان بردارد.
- ۷) با **فروتنی** از او فواستیم کمبودهای ما را بر طرف کند.
- ۸) فهرستی از تمام کسانی که به آنها صدمه زده بودیم تهیه کردیم و برای جبران فسارت از همه‌ی آنها **تمایل** پیدا کردیم.
- ۹) در هر جا که امکان داشت به طور مستقیم از این افراد جبران فسارت کردیم، مگر در مواردی که انجام این کار به ایشان یا دیگران آسیب برساند.
- ۱۰) به گرفتن ترازنامه‌ی شفصی خود ادامه دادیم و هرگاه در اشتباه بودیم سریعاً آن را پذیرفتیم.
- ۱۱) از راه دعا و مراقبه فوهران بهبود رابطه آگاهانه‌ی خود با فداوند آن گونه که او را درک کردیم شدیم، فقط برای آگاهی از فواست او برای ما و قدرت انجامش دعا می‌کنیم.
- ۱۲) با داشتن بیداری روحانی حاصل از این قدم‌ها، سعی کردیم این پیام را به الکلی‌ها برسانیم و این اصول را در **تمام امور زندگی خود** تمرین کنیم.
- بسیاری از ما فریاد زدند: "این چه دستورالعملی است، من نمی‌توانم آن را انجام بدهم". مایوس نشوید. هیچ یک از ما نتوانسته این اصول را بدون عیب و نقص رعایت کند. ما از مقررین نیستیم. نکته این است که ما **تمایل** به رشد در مسیر معنوی داریم. اصولی که مطرح کرده‌ایم راهنمای ما برای پیشرفت هستند. ما ادعای پیشرفت معنوی داریم نه کمال معنوی. توصیف ما از الکلی، فصل مربوط به شکاکان به وجود یا عدم وجود خدا و ماجراهای شفصی ما در گذشته و حال، سه نظر مرتبط را به وضوح مشخص می‌کند:
- ❖ **الف** - اینکه ما الکلی بودیم و نمی‌توانستیم **زندگی خود** را اداره کنیم.
 - ❖ **ب** - اینکه احتمالاً هیچ نیروی انسانی قادر نبوده است ما را از **الکلیم** نجات دهد.
 - ❖ **ج** - اینکه **فداوند** می‌تواند، و نجات مان خواهد داد اگر در جستجویش باشیم.

