



## *Двенадцать Шагов ВДА*

- 1) Мы признали своё бессилие перед последствиями алкоголизма или другой семейной дисфункции, признали, что наша жизнь стала неуправляемой.
- 2) Поверили, что Сила, более могущественная, чем наша собственная, сможет вернуть нам здравомыслие.
- 3) Приняли решение препоручить свою волю и жизнь заботе Бога, как мы Его понимаем.
- 4) Произвели тщательную и бесстрашную нравственную инвентаризацию.
- 5) Признали перед Богом, собой и другим человеком истинную природу своих недостатков.
- 6) Полностью подготовили себя к тому, чтобы Бог устранил все дефекты нашего характера.
- 7) Смирненно просили Бога исправить наши изъяны.
- 8) Составили список людей, которым мы причинили вред, и преисполнились желанием возместить причиненный им ущерб.
- 9) Лично возмещали ущерб этим людям, кроме тех случаев, когда это могло принести вред им или кому-то ещё.
- 10) Продолжали личную инвентаризацию, и когда были неправы, немедленно признавали это.
- 11) Стремилась путем молитвы и медитации улучшить свой сознательный контакт с Богом, как мы Его понимаем, молясь лишь о знании Его воли о нас и силе для её исполнения.
- 12) Достигнув духовного пробуждения, к которому привели эти шаги, мы стремились нести весть о выздоровлении другим взрослым детям, которые ещё страдают, и применять эти принципы во всех наших делах.

Двенадцать шагов перепечатаны и адаптированы с разрешения Alcoholics Anonymous World Services, Inc.

Adult Children of Alcoholics®/Dysfunctional Families World Service Organization, Inc.  
www.adultchildren.org | Info@adultchildren.org | +1(310) 534-1815

ACA WSO Literature Distribution Center | +1(562) 595-7831

Unapproved Draft. These materials have not been verified by the ACA WSO.

Copyrighted by Adult Children of Alcoholics World Services Organization, Torrance, Calif., USA.  
Any copying or distribution without prior written consent from ACA WSO is a violation of copyright law.