

# Dvanáct kroků

Přeformulováno z Dvanácti kroků Anonymních alkoholiků do obecnější roviny.



Dvanáct Kroků je řada zásad duchovní povahy, které v případě, že se uskutečňují jako způsob života, mohou rozpustit nesnáze nebo osobní krize a umožnit trpícímu stát se znovu šťastným a užitečným plnohodnotným člověkem.

Pozn: Pod pojmem Bůh si představuji Nejvyšší tvůrčí princip, nejvyšší formu Vědomí, nejvyšší evoluci Ducha. Slovo Bůh můžeme zaměnit za Universum, Vesmír.

1. Přiznali jsme bezmocnost nad svoji životní situací – naše životy se staly neovladatelné.
2. Dospěli jsme k víře, že síla větší než naše může obnovit naše duševní zdraví a životní rovnováhu.
3. Rozhodli jsme se předat svoji vůli a svůj život do péče Boha, tak jak ho my sami chápeme.
4. Provedli jsme důkladnou a nebojácnou morální inventuru sebe samých.
5. Přiznali jsme Bohu, sami sobě a jiné lidské bytosti přesnou povahu svých chyb.
6. Byli jsme zcela připraveni k tomu, aby Bůh odstranil všechny tyto naše charakterové vady.
7. Pokorně jsme Ho požádali, aby naše nedostatky odstranil.

8. Sepsali jsme listinu všech lidí, kterým jsme ublížili a dospěli jsme k ochotě jim to nahradit.
9. Provedli jsme tyto nápravy ve všech případech, kdy to situace dovolila, s výjimkou kdy toto počínání by jim nebo jiným uškodilo.
10. Pokračovali jsme v provádění osobní inventury, a když jsme chybovali, pohotově jsme se přiznali.
11. Pomocí modlitby a meditace jsme zdokonaľovali svůj vědomý styk s Bohem, jak jsme Ho chápali my, a modlili se pouze za to, aby se nám dostalo poznání Jeho vůle a síly ji uskutečnit.
12. Výsledkem těchto Kroků bylo, že jsme se duchovně probudili a v důsledku toho jsme projevíli snahu nezištně a nenásilně, tak abychom neporušovali svobodnou vůli jednotlivce, předávat toto poselství ostatním strádajícím lidem a uplatňovat tyto principy ve všech našich záležitostech.