

Crystal Meth Anonymous®

Кристаллические метамфетамин Анонимных ДВЕНАДЦАТЬ ШАГОВ: наш план действий.

Мы приходим в КМА из-за нашей общей проблемы. Мы остаёмся, потому что у нас есть общее решение. Чтобы найти долгосрочную свободу от тисков зависимости, мы работаем Двенадцать шагов Кристаллические Метамфетамин Анонимных:

1. Мы признали своё бессилие перед метамфетамином, признали, что наши жизни стали неуправляемы.
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, *нашего собственного понимания*.
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 дефектов характера.
7. Смиренно попросили Бога избавить наши недостатки.
8. Составили список всех тех людей, кому мы причинили вред, и преисполнились желанием загладить свою вину перед ними.
9. Лично возмещали причинённый 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 путём молитвы и медитации улучшить наш сознательный соприкосновение с Богом, *нашего собственного понимания*, молясь лишь о знании воли Бога для нас, и власть, чтобы выполнить это.
12. Достигнув духовного пробуждения, к которому привели эти шаги, мы старались донести смысл наших идей до

(Продолжение)

других зависимым кристаллического метамфетамина и применять эти принципы во всех наших делах.

Кристаллический метамфетамин казался ответом на наши проблемы. Больше нет. Мы понимаем, что наш наркотик убивал нас. Как только мы начали, мы не могли остановиться. Сегодня, чтобы оставаться чистыми и трезвыми, мы не подбираем - несмотря ни на что.

Когда мы принимаем меры, мы выбираем веру, а не страх, и прогресс, а не совершенство. Работая над Шагами, мы ведем духовные принципы в движение.

Сдача — это действие... она приносит свободу.

Смирение – это действие... она приносит перспектив.

Благодарность – это действие... она приносит удовлетворение.

Это дар выздоровление: Мы просыпаемся, наша жизнь улучшается, и мы постепенно переходим от себя к службе. Мы действуем как посланники другим которые страдают—посланники надежды и исцеления, связи, сострадание, и да, даже радость.

Двенадцать шагов и двенадцать традиций анонимных алкоголиков были переизданы и адаптированы с разрешения анонимных алкоголиков, Inc по всему миру услуги (AAWS). Разрешение на перепечатку и адаптацию Двенадцати Шагов и Двенадцати Традиций Анонимных Алкоголиков не означает, что Анонимные Алкоголики связаны с этой программой. А. А. это программа восстановления алкоголя только - Использование А. А. Шаги и традиции, или адаптированная версия ваших шагов и традиций в связи с программами или мероприятиями, которые следуют модели АА, но которые касаются других проблем, или в любом другом контексте, не связанных с АА, не подразумевает ничего другого.

Двенадцать шагов анонимных алкоголиков

1. Мы признали, что мы бессильны перед лицом алкоголя, что наша жизнь стала неуправляемой. 2. Мы придаем себе верить, что держава, превосходящей самих себя, может восстановить нас в здравом смысле. 3. Мы решили положить наши воли и жизни в Божьей помощи, как мы думали. 4. Без страха мы сделали тщательный моральной инвентаризации себя. 5. Мы признаем перед Богом, перед собой и перед другим человеком, точную природу наших недостатков. 6. Мы были полностью готовы позволить Богу освободить нас от всех этих недостатков характера. 7. Мы смиренно просим вас освободить нас от наших ошибок. 8. Мы составили список всех тех, кого мы обидели, и были готовы возместить ущерб, который мы причинили им. 9. Мы ремонтируем непосредственно всем нам, кто был возможен ущерб, причиненный, за исключением случаев, когда это связано с вредом для них или других. 10. Мы продолжали делать наши личные инвентаризации, и когда мы были неправы, мы признали это немедленно. 11. Мы стремимся через молитву и медитацию улучшить наш сознательный контакт с Богом, как мы его задумали, прося Его только сообщить нам о Его воли к нам и дать нам силы, чтобы выполнить ее. 12. Получив духовное пробуждение в результате этих шагов, мы стремимся донести послание до алкоголиков и практиковать эти принципы во всех наших делах. Авторское право, А.А. World Services, Inc.



CMA Interim Approved Literature

© Crystal Meth Anonymous

12. February 2021