

NASIL UYGULANIR

Gösterdiğimiz yolu dikkatle izleyen birinin başarısız olması pek nadirdir. İyileşemeyenler kendilerini bu basit programa veremeyenler veya vermek istemeyenlerdir. Bunlar yapısal olarak kendilerine karşı dürüst olmayan kişilerdir. Böyle talihsiz kişiler vardır ve kabahat onlarda değildir. Doğuştan böyledirler. Tam dürüstlük gerektiren bir yaşam tarzını kavramak ve geliştirmekte doğaları gereği eksiktirler. Şansları ortalamanın altındadır. Bir de ciddi duygusal ve zihinsel bozukluklardan ıstırap çekenler vardır, fakat dürüst olma kapasiteleri varsa çoğu iyileşebilirler.

Öykülerimiz, eskiden nasıl olduğumuz, başımızdan neler geçtiği ve şimdi nasıl olduğumuzun genel ifadesidir. Sahip olduğumuz şeylerin sizde de olması için karar verdiyseniz ve bunları elde edebilmek için her çareye başvurmaya istekliyseniz, bazı adımları atmaya hazırsınız demektir.

Biz bu basamakların bazılarında duraksadık. Daha kolay bir yol bulabileceğimizi düşündük ama bulamadık. Tüm içtenliğimizle başlangıçtan itibaren dürüst olmanızı rica ediyoruz. Bazılarımız eski alışkanlık ve düşüncelerinden kopmamaya çalıştık ama sonuç, aynı tutumumuzu sürdürdüğümüz sürece sıfırdı.

Unutmayalım ki; kurnaz, şaşırtıcı ve güçlü olan alkolle mücadele etmekteyiz. Tek başımıza bunu başarmak zordur. Fakat her güce sahip olan biri vardır, o da Tanrıdır. Umarız onu şimdi bulursunuz.

Bilinçsizce verdiğimiz mücadele bize yarar sağlamadı. Başardığımızı düşündüğümüz anda kaybediyorduk. Bu yüzden kendimizi Tanrıya teslim ederek ilgi ve yardımını diledik. Bir iyileşme programı olarak izlediğimiz basamaklar şunlardır:

1. Alkole karşı güçsüz olduğumuzu ve hayatımızın yönetilemez hale geldiğini kabul ettik.
2. Sadece bizden üstün bir gücün akıl sağlığımızı geri getirebileceğine inandık.
3. İrademizi ve hayatımızı algıladığımız anlamdaki Tanrıya teslim etmeye karar verdik.
4. Geçmişimizin ahlaki bir dökümünü araştırmacı ve korkusuz bir bakışla yaptık.
5. Kusurlarımızı açık bir biçimde Tanrıya, kendimize ve bir başkasına itiraf ettik.
6. Tanrının bu kişilik bozukluklarını düzeltmesi için tüm benliğimizle hazırlandık.
7. Tanrıdan eksikliklerimizi gidermesini alçakgönüllülükle diledik.
8. Zarar verdiğimiz insanların listesini çıkardık ve hatalarımızı telafi etmeye istekli hale geldik.

9. Daha önce zararımız dokunan kişilerden, onları veya başkalarını rahatsız etmeyeceğimizden emin olduğumuz zaman doğrudan özür diledik ve hatalarımızı mümkün olduğu kadar telafi ettik.
10. Kişisel dökümümüzü yapmaya devam ettik, hatalı olduğumuz zamanalar bunu derhal itiraf ettik.
11. Dua ve meditasyon yoluyla, algıladığımız anlamdaki Tanrı ile bilinçli bağlantımızı geliştirmeye devam ettik. Onun bizlere uygun gördüğü şeyleri anlamak ve bunları yerine getirebilmek ve gerekli gücü vermesi amacı ile dua ettik.
12. Bu basamakların sonucu olarak, ruhsal bir uyanışla bu mesajı alkoliklere taşımaya ve bu ilkeleri bütün işlerimizde uygulamaya çalıştık.

Birçoğumuzun "Bunlar ne zor maddeler! Yerine getiremem!" diye tepki gösterdiği anlar oldu. Sakın cesaretiniz kırılmasın, aramızdaki herkes bu ilkeleri eksiksiz bir bağlılıkla uygulamış değildir. Bizler ermiş kişiler değiliz. Önemli olan ruhsal anlamda olgunlaşmaya istekli olmamızdır. Koyduğumuz prensipler gelişmemizi sağlayan rehberlerden ibarettir. Ruhsal mükemmellikten çok ruhsal gelişim peşindeyiz.

Alkolikliği tarifimiz, Tanrı tanımaz ve şüphecilere ayrılan bölümümüz, programdan önce ve sonra başımızdan geçenler birbiriyle ilişkili şu üç noktayı açıklar:

- a. Alkoliktik ve yaşamımızı yönetemiyorduk.
- b. Belki de hiçbir insan gücü alkolikliğimizi iyileştiremeyecekti.
- c. Eğer istersek Tanrı bunu yapabilir ve yapacaktır.