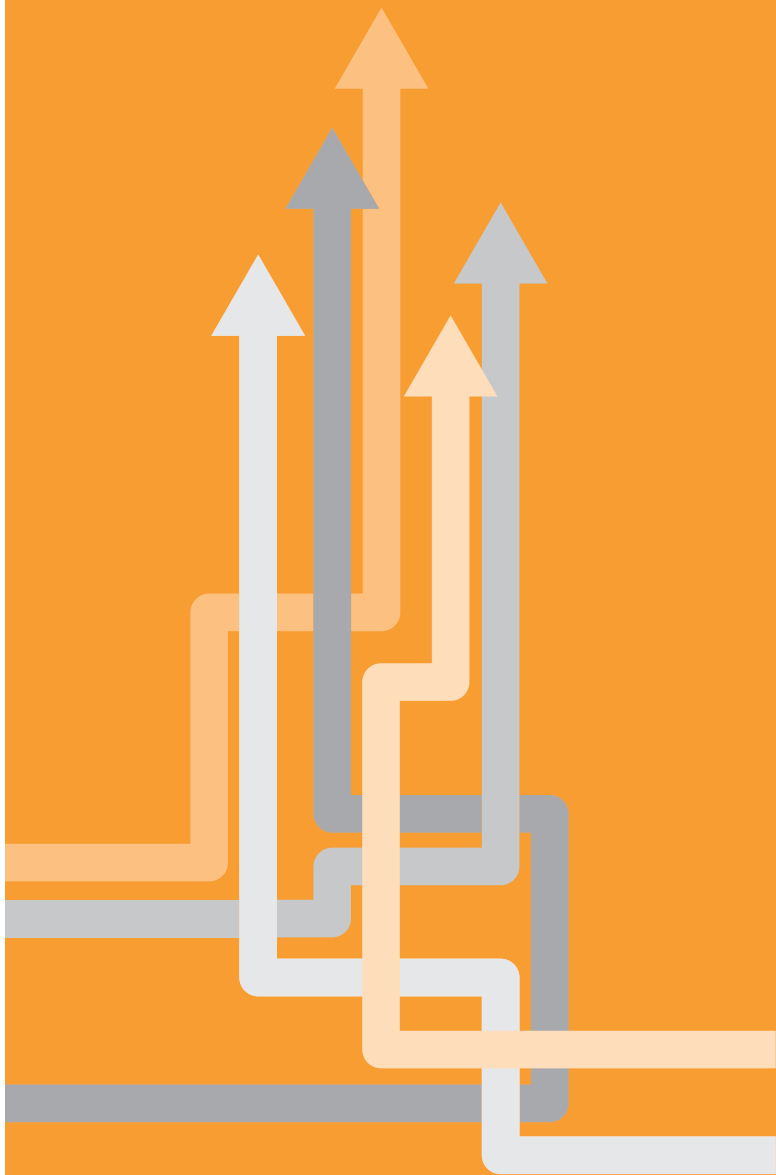
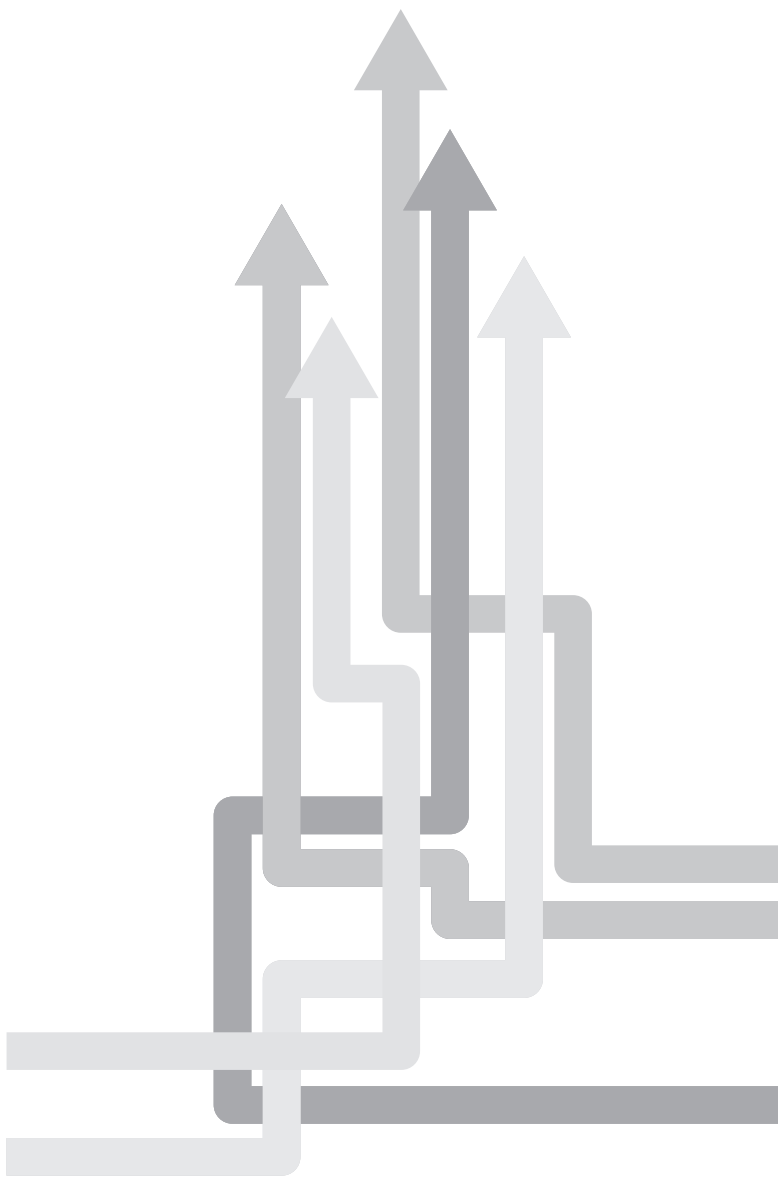


# Mnoho cest ke spiritualitě



Toto je literatura schválená Konferencí všeobecných služeb AA



# Mnoho cest ke spiritualitě



ANONYMNÍ ALKOHOLICI je společenství mužů a žen, kteří spolu vzájemně sdílejí své zkušenosti, sílu a naději, že mohou vyřešit svůj společný problém a pomoci ostatním k uzdravení z alkoholismu.

- Jediným požadavkem členství v AA je touha přestat pít. Členové AA neplatí žádné příspěvky nebo poplatky za členství. Jsme soběstační díky vlastním dobrovolným příspěvkům.
- AA nejsou spřízněni s žádnou sektou, církví, politickou organizací ani s žádnou jinou institucí, nepřijímají zaplést se do jakékoliv rozepře, nepodporují žádné programy ani žádným jiným programům neodporují.
- Naším hlavním cílem je zůstat střízliví a napomáhat ostatním alkoholikům k dosahování střízlivosti.

© 2015 Alcoholics Anonymous World Services, Inc.  
All rights reserved. Reproduced with permission of  
Alcoholics Anonymous World Services, Inc.

Autorská práva © 2015 Světové Služby Anonymních alkoholiků, s.r.o.. Všechna práva vyhrazena. Vytlačeno s povolením Světových Služeb Anonymních alkoholiků, s.r.o.

Pro získání dalších informací o AA pište na:  
Poštovní adresa: Box 459 Grand Central Station  
New York, NY 10163  
nebo si vyhledejte AA v místním  
telefonním seznamu

[www.aa.org](http://www.aa.org)

Poštovní adresa:  
Anonymní alkoholici  
Na Poříčí 16,  
110 00 Praha 1

[www.anonymnialkoholici.cz](http://www.anonymnialkoholici.cz)

# **Mnoho cest ke spiritualitě**



## **AA – Spřízněnost společného utrpení**

„Ročně přichází do AA na desítky tisíc nováčků. Zastupují skoro všechna vyznání a postoje, které si jen lze představit. Máme agnostiky i ateisty. Máme lidi téměř všech ras, kultur a náboženství. V AA máme být spjatí skrze spřízněnost společného utrpení. Právě proto bychom všichni měli v první řadě brát ohled na to, že platí naprostá osobní svoboda v praktikování jakéhokoliv vyznání nebo principů či terapie. Nedo- volme proto, aby někomu byly vnucovány názory, ať už osobní či kolektivní. Nechť si namísto toho navzájem poskytujeme respekt a lásku, které náleží každé lidské bytosti při její snaze najít cestu ke světlu. Ať se vždy raději snažíme být otevření, než abychom někoho odmítali: pamatujme, že každý alkoholik mezi námi je členem AA, pokud se za něj sám prohlašuje.“

—Bill W. (Grapevine, červenec 1965)

Mylnou domněnkou o Anonymních alkoholících je, že jde o náboženskou organizaci. Vzhledem k tomu, že skupiny AA mají často pronajatý prostor v kostele, může účast na mítinku AA v suterénu kostela v někom tento dojem posílit, a možnost, že pak na konci mítinku uslyší modlitbu, jej pak může v této domněnce jen více utvrdit.

A přesto si původní členové AA od počátku uvědomovali, že jejich hlavním účelem je pomáhat lidem dosahovat střízlivosti, a tak zacházeli do velkých krajností, aby umožnili členství co nejvíce lidem, kteří trpí alkoholismem. AA je Společenství, komu-



nita podobně smýšlejících trpících, kteří našli cestu z beznadějně situace.

Přišli jsme do AA, protože jsme se zoufale snažili přestat pít, nebo ve víru následků našeho pití. AA má tak silný smysl pro komunitu a partnerství právě proto, že zde sdílíme naše utrpení a řešení. Na našich mítincích se lidé ze všech životních směrů scházejí za společným účelem. Někteří členové se navrátí ke svým náboženským kořenům, jiní najdou jiné duchovní cesty. Někteří mohou najít „Boha, jak jej sami chápou,“ a přesto se nikdy nezapojí do organizovaného náboženství. A stále jsou tu ti, kteří považují skupinu AA za svou Vyšší moc.

Ale jedna věc byla jistá – bez ohledu na naše zázemí, naši víru nebo její nedostatek – naše pití se vymklo kontrole.

### **Potřebovali jsme pomoc**

Alkoholismus může být osamělá záležitost. Často jsme pili, abychom udrželi bolest ze života mimo náš dosah, a když nás pak bolest přemohla, pili jsme, abychom ji odplavili. Některým z nás nepřišlo vše tak bezútesné. Cítili jsme, že můžeme kontrolovat naše pití – kromě případů, kdy jsme nemohli. Uvědomovali jsme si, že by naše životy nebyly tolik chaotické, kdybychom mohli přestat pít, ale nevěděli jsme jak to udělat. Zkoušeli jsme různé postupy – pít pouze pivo, nepít na prázdný žaludek, dát si jen dvě skleničky večer – ale dříve nebo později jsme stejně skončili znovu opilí, udivení, co se pokazilo.

A neubližovali jsme jen sobě. Naše rodiny, přátelé, zaměstnavatelé a dokonce naprostí cizinci se od nás začali odtahovat, ostražití vůči našemu popírání a skeptičtí k našim nesčetným lžím a přísahám, že zůstaneme střízliví.

*„Věděl jsem, že jsem alkoholik, ještě než jsem přišel do AA. Účastnil jsem se manažerského školení jak rozpoznat problém s alkoholem a drogami u svých zaměstnanců – a sám jsem zcela jasně odpovídal tomuto popisu. Navíc jsem vystudovaný vědec a inženýr. Objektívni důkazy byly všude kolem mne – prázdné láhve od džinu, pavučiny lži, poškozené vztahy a pohrdání sebou samým. Také jsem se několik let neúspěšně pokoušel přestat pít sám, takže jsem věděl, že potřebuji pomoc.“*



## Požádali jsme

Nadešel čas, kdy jsme se už déle nemohli odvracet a předstírat, že kontrolujeme naše pití. Přestože jsme byli rozčilení, vzdorovití a podezřívaví, něco se muselo stát.

Pro mnohé z nás nebylo snadné říci si o pomoc. Považovali jsme to za projev slabosti nebo charakterovou vadu. Ale když jsme se konečně vzdali a požádali o pomoc s naším pitím, dostali jsme mnohem více, než jsme očekávali.

*„Setkal jsem se s lékařem, odborníkem na závislosti. Povzbudil mě k tomu, abych chodil na mítinky AA a poslouchal. Chodil jsem tedy a brzy se něco hluboko ve mně začalo přeskupovat. Společenství mi dalo naději – naději, že nemusím zemřít opilý, že existuje jiná cesta.*

*Můj svět byl tak temný, po tak dlouhou dobu, že jsem se toho vlákénka naděje chytil ze všech svých sil.“*

## Našli jsme střízlivost – a nějaké překážky

Když jsme konečně našli něco, co fungovalo v našem zápolení s alkoholem, upnuli jsme se k AA jako tonoucí k záchrannému člunu. Ale někteří z nás se brzy setkali s otázkami týkajícími se duchovna, které se nám jevily jako překážky v úplném přijetí programu AA. Vzhledem k naší předchozí víře – nebo jejímu nedostatku – jsme se cítili být v rozporu s tím, co se nám zdálo jako náboženský přístup k AA, nebo jsme si připadali pod tlakem kvůli přijetí jisté náboženské či duchovní myšlenky, abychom mohli v AA zůstat.

*„Když jsem v padesáti letech přišel do AA, byl jsem ve všech ohledech zničený a okamžitě jsem stanul tváří v tvář znepokojivému a zásadnímu konfliktu. Prakticky hned jsem věděl, že AA je má jediná naděje a viděl jsem, že spirituální část programu je nevyhnutelná. A přesto mé odmítání čehokoliv zbožného bylo neochvějné, můj agnostický/ateistický pohled byl tak neodmyslitelnou součástí mého bytí, jako je tvar mých rukou nebo zvuk mého hlasu.*

*Dospívat k víře ve Vyšší moc, ať jsem si ji představoval jakkoliv, bylo zcela nemožné, a přece naprosto nezbytné, pokud jsem měl přežít svou chorobu,*





*kteřá mě dostala na takovou úroveň demoralizace a zoufalství, jakou jsem si neuměl ani představit.“*

## **Pracovat na programu AA**

Když jsme si uvědomili, že v první řadě potřebujeme zůstat střízliví, mnoho z nás začalo objevovat, že můžeme využívat program AA, aniž bychom se museli přizpůsobovat nějakým náboženským nebo duchovním zásadám, se kterými můžeme a nemusíme souhlasit. Jak jsme se blíže seznamovali s AA, začali jsme si uvědomovat hluboký význam toho, jak je Dvanáct Kroků AA formulováno, když zdůrazňují „*Sílu větší než jsme my*“ a „*Boha, tak jak jej sami chápeme.*“

Tato slova a tradiční závazek AA být vždy otevřeni všem poskytly mnohým z nás potřebné pohodlí, nechávající otevřené dveře ke spiritualitě pro alkoholiky všech vyznání, víry a praktik a umožňující každému z nás, aby si sám určil, v co věří.

*„Ve snaze najít něco, v co bych mohl věřit, jsem četl knihy o filozofii, duchovnu a východních náboženstvích. Poslouchal jsem sdílení lidí na mítincích a snažil se uvěřit v jejich Vyšší moc. Zkusil jsem dokonce modlitbu a zkusil i začít znovu chodit do kostela. Ale i přes veškerou snahu ‚vzdělat se‘ k vyšší síle jsem nevěděl, čemu věřím. Věděl jsem však, že dny, kdy jsem se modlil, probíhaly lépe než dny bez modliteb, byť jsem si myslel, že se modlím ke své peřině.“*

## **Mnoho cest k duchovnu**

Mnoho z nás došlo k tomu, že spoléhat se na „Vyšší moc“, ať už šlo o kolektivní sílu AA, samotnou skupinu AA, nebo jinou entitu, koncept či bytost, nám pomáhá zůstat střízliví.

*„Můj sponzor mě vybízel k tomu, abych si našel své vlastní pojetí Vyšší síly. Nemusela mít pohlaví, jméno nebo jiné lidské atributy – pouze to musela být Síla větší, než jsem já sám. Tehdy jsem si uvědomil, že Společenství, ačkoliv složené z lidských bytostí, představuje sílu větší, než je cokoliv lidského. K mému ještě většímu překvapení jsem skrze vlastní těžkopádnou práci na Krocích a za podpory a bezpodmínečné lásky kamarádů alkoholiků nalezl tichý, vnitřní hlas – Boha uvnitř.“*

Našlo se mnoho dalších nápadů a přístupů, které nám pomohly postupovat dál v setrvání ve střizlivosti a chápání jak pro nás může program AA nejlépe fungovat.

*„Skrze zapojení základních buddhistických cvičení do mých AA praktik (pravidelné mítinky, služba, práce s nováčky, žití Kroky a četba literatury AA) jsem objevil úžasný způsob jak zlepšit svůj vědomý kontakt s Bohem, jak jej chápu, a žít život za jakýchkoliv podmínek v relativní vyrovnanosti. Stále mám úzkosti, zlost a všechny ostatní emoce, které jsou součástí života, ale jsem schopen je, kousek po kousku, zvládat.“*

Mnoho z nás pochází z různých náboženských systémů a kultur, a přece byl v AA vždy dostatek volnosti k tomu, aby členové mohli praktikovat takové vyznání, jaké jim nejlépe funguje.

*„Jsem Siouxska indiánka, mnoho let střizlivá v AA. Mnozí z nás věří ve Velkého Ducha, a proto pro mne bylo velkou úlevou zjištění, že mohu věřit v takovou Vyšší sílu, jakou si vyberu. Po příchodu do AA jsem se nemusela vzdát žádné části svého vyznání. Mohla jsem žít ve světě bílých lidí a přesto si zachovat všechny původní tradice svého lidu, naše zvyky a obřady. Ve skutečnosti AA mou víru ještě posílilo. Připojení se k AA mě neomezilo, dalo mi více svobody.“*

Duch tolerance je v AA silný a v našem programu uzdravení najdou společnou půdu členové všech vyznání a tradic.

*„Celý život jsem oddaný katolík. Toto je nedílnou součástí mé zkušenosti, síly a naděje. Nazývám svou vyšší moc Bohem a necítím žádnou potřebu to specifikovat pokaždé, když mluvím na mítinku. Vůbec mi nevádí, když se jiní odkazují k Buddhovi, Mohamedovi, Jehovovi nebo čemukoliv, co nazývají svou Vyšší mocí.“*

*Není mi ovšem příjemné, když někdo na mítincích AA cituje bibli, korán, talmud nebo jinou literaturu, která není literaturou AA, a vydává to za pravdu. Samozřejmě jim však dávám právo k tomu, aby se odvolávali na některé z těchto textů nebo z nich dokonce (krátce) citovali, pokud je to součástí jejich AA zkušenosti.“*

*Za svých osmnáct let v programu jsem slyšel mnoho nevhodných řečí o náboženství a asi ještě uslyším... Ale doposud jsem neshledal nezbytným se kvůli tomu napít a několikrát to dokonce způsobilo, že jsem zažil neočekávaný duchovní růst. A o to zde právě jde, že ano?“*

Pro mnohé z nás je střízlivost darem – zdarma poskytnutým a zdarma získaným. Avšak musíme splnit naši část, pokud si jej chceme udržet.

*„Stále jsem agnostik. Ale zjistil jsem, že program bude fungovat každému, kdo jej fungovat nechá. Nemusel jsem hledat způsob, jak to udělat. Bude to fungovat úplně samo, za předpokladu, že jsem ochoten udělat něco i já.“*

*První věc, kterou jsem musel udělat, bylo odstoupit z diskuzní společnosti. To ovšem neznamena, že jsem začal souhlasit se vším, co jsem slyšel. Znamená to, že jsem poslouchal bez hádání se, použil jsem, co jsem mohl a zbytek jsem si nechal na později.*

*Druhá věc, kterou jsem udělal, byla, že jsem se stal aktivním členem své domovské skupiny, která byla zároveň i domovskou skupinou mého sponzora. (Sponzora jsem si našel okamžitě. Věděl jsem, že bude nejlépe udělat to hned.) Viděl jsem, že ať už se spiritualita skládá z čehokoliv jiného, musí obsahovat skutečnost, že budu maximálně ke službě svým kamarádům alkoholikům, ať už stále ještě trpí nebo ne.“*

Při práci na programu jsme dospěli k lepšímu chápání spirituality a toho, jakou část hraje v našem uzdravení.

*„Když jsem poprvé přišel do AA, myslel jsem si, že náboženství a duchovno jsou totéž. Ale došel jsem k uvědomění, že náboženství znamená být zavázán k praktikování víry a být duchovní znamená aktivně žít svůj život skrze životadárnou sílu. Věřím, že to je jakákoliv síla větší než já, ať už se rozhodnu nazývat ji Bůh, Alláh, Vyšší Moc, Tvořivá Inteligence nebo Síla Boží.“*

*Nemám konkrétní náboženskou víru, kterou bych praktikoval nebo kostel, kam bych docházel. Popravdě jsem v žádném chrámu už dlouho nebyl. Ale snažím se praktikovat principy programu AA. Věřím, že*

*díky tomu má Vyšší síla žije uvnitř i skrze mne, a toto je má svatyně.“*

Časem jsme si uvědomili, že můžeme zůstat střízliví a zcela si užívat členství ve Společenství bez ohledu na naše vyznání.

*„Když jsem konečně před čtyřmi lety přiznal, že jsem alkoholik a vstoupil do programu, pomyslel jsem si ‚O Bože, proč já?‘ My židé jsme přece imunní vůči alkoholu, my jsme ti ‚vyvolení‘ – alespoň tak jsem to viděl, když jsem ještě popíral pravdu. A přesto jsem dnes dvojnásobně požehnan: Jsem vděčný uzdravující se židovský alkoholik.*

*Dlouho mi trvalo oddělit židovství od alkoholismu, přijmout, že spiritualita neovlivnila ani nezměnila mé náboženské vyznání, ale posílila jej, že má Vyšší moc není stejná jako vaše, že modlení a pozice, které k němu zaujímám, nemění mé židovství, ale jsou nezbytné pro mé uzdravení. Dnes dokonce mohu pronášet Otčenáš, aniž bych se cítil provinile, protože v „Jak na to“ mi bylo ukázáno, že musím zajít jakkoliv daleko, abych dosáhl střízlivosti a udržel si ji.*

*Během let mého zneužívání alkoholu jsem se odci-  
zil své rodině, přátelům, světu, dokonce i sám sobě. Zapomněl jsem na radost ze svého vyznání a na pocit z modlitby. Nyní, když se uzdravuji, jsem schopen přijmout lidi ve svém životě, mohu přijmout a milovat sebe a jsem schopen být znovu člověkem.“*

Jak se AA rozrůstalo a zapouštělo kořeny doslova po celém světě, překonávajíc rozdíly v pohlaví, rase, řeči a náboženství, nechávalo toto Společenství otevřené dveře pro alkoholiky všech vyznání, stavějíc na následujících dvou základních principech z našich Dvanácti Tradic: že AA má pouze jediný hlavní účel – předávat své poselství alkoholikovi, který stále trpí, a na respektování skutečnosti, že jediným požadavkem pro členství v AA je touha přestat pít.

*„Můj sponzor se dobře vyznal v Dvanácti Krocích, Tradicích a Konceptech AA. Měl bohatou služební minulost a vyprávěl mi o 36 principech, na kterých bylo AA založeno. Jsou to tyto principy, kterým konečně odevzdám svou vůli a svůj život.*

*Tento Bůh – ‚dobře zvolený směr‘\* (pozn. překladatele: anglický rozbor slova bůh jako zkratky G.O.D.)*

- zastoupený zhruba dvěma miliony alkoholiků, kteří jsou členy našeho světového Společenství, je tím, co jsem přijal.

*Žít v duchu Kroků, neustále se snažit zajistit jednotu, jak je popsána v Tradicích, a disciplína, kterou nacházíme při uplatňování Konceptů v našem počínání uvnitř společenství i vůči celému světu – toto jsou věci, které mi daly sílu větší, než jsem já sám.*

*Věřím, že AA je opravdu univerzální, a tohle vědomí, které změnilo tolik životů a pokračuje v zachraňování množství dalších, je hodno mé oddanosti. Nikdy jsem neviděl ani necítil něco tak duchovního, jako je vidět na vlastní oči proměnu, která se odehrává, když lidé začnou žít tímto způsobem.“*

## **Zdroj síly**

Duchovní zážitky v AA jsou obšírné a různorodé a těm členům, kteří zápolí se spirituálními koncepty, pokračující střízlivost často přinese uvědomění, že „nějakým úžasným a nepředvídatelným způsobem“ opravdu zažili duchovní proměnu.

*„Když jsem byl nováček, nemohl jsem pochopit pojmy spiritualita a víra. Neměl jsem žádného Boha, jak mu sám rozumím. Potýkal jsem se s tím jak pochopit, co znamená duchovno.*

*Při čtení druhé přílohy v knize Anonymní alkoholici jsem došel k pochopení hlubokých změn, které z duchovna vycházejí. Příloha říká: „Až na pár výjimek přijdou naši členové na to, že narazili na netušený vnitřní zdroj, který následně popíše jako svou vlastní koncepci Síly větší, než jsou oni sami. Většina z nás považuje toto uvědomění... za základ duchovního zážitku.“*

*„Příloha dále pokračuje: „Zjistili jsme, že nikdo nemusí mít potíže s duchovnem v programu. Ochota, upřímnost a otevřená mysl jsou základem uzdravení. Ale jsou také nezbytné.““*

Někteří odkazují na „spirituální probuzení“, frázi, kterou nalezneme ve Dvanáctém Kroku a všude napříč literaturou AA. V knize Dvanáct kroků a dvanáct tradic (str. 106) píše Bill W. o spirituálním probuzení toto:

„Možná existuje tolik definicí spirituálního probuzení, jako je lidí, kteří jej měli. Nicméně každé, které je opravdové, má určitě něco společného se všemi ostatními... Projde-li muž nebo žena duchovním probuzením, je nejdůležitějším důsledkem tohoto probuzení to, že od daného okamžiku dokážou jednat, cítit a věřit způsobem, kterého nebyli schopni v době, kdy byli odkázáni na vlastní síly a možnosti. Byl mu dán dar, který obsahuje nový postoj uvědomění a bytí. Byl nasměrován na cestu, která mu skutečně říká, že někam vede, že život není slepá ulička, že nejde jen o to přežít jej nebo ovládnout. Byl přeměněn v pravém smyslu slova, protože se dotknul zdroje Síly, kterou tak či onak sám doposud popíral.“

*„Za použití vnitřního zdroje, který jsem objevil v AA jako Vyšší moc, jsem byl schopen udělat Kroky, tak jak jsou napsány v knize AA. Modlím se k tomuto vnitřnímu Zdroji a žádám ho o to, abych věděl, co mám udělat, a aby mi dal sílu to vykonat. Předávám toto poselství ostatním. Funguje to! Zažívám duchovní probuzení a mám pocit, že se všechny přísliby naplňují. Vnitřně se cítím lépe než kdy dříve.“*

*Sponzoruji nyní několik mužů a je to nádherný pocit vidět střízlivět jiného alkoholika. Jsem důkazem toho, že je možné být ateistou v otázkách nadpřirozena, ale mít přitom spirituální probuzení a sklízet odměny Programu uzdravení AA.“*

## Jak najdu AA?

Téměř kdekoliv v USA a Kanadě naleznete telefonní kontakt na AA v místním telefonním seznamu nebo novinách či na internetu.

Všude tam, kde se schází skupina AA, to má jen jeden účel: pomoci alkoholikům zůstat střízliví. Skupiny AA se scházejí na nejrůznějších místech. Některé mítinky jsou ve školách a kostelích, některé skupiny jsou v nemocnicích nebo dokonce kancelářských budovách. Ale je důležité pamatovat na to, že skupina AA není spojena s kostelem, školou nebo státní kanceláří, kde se zrovna schází.

Někteří z nás navštívili svůj první mítink v nemocnici, vězení nebo léčebně. Před tím než jsme odešli, zjistili jsme, jak kontaktovat AA tam, kde budeme žít. Někteří z nás našli cestu do AA prostřednictvím školních či pracovních poradenských programů. Mnozí z nás se dozvěděli o AA od svých lékařů nebo přátel.

Pokud skupina AA není nikde poblíž, pomoc je stále k dispozici. Kontakt na Anonymní alkoholiky v ČR naleznete na [www.anonymnialkoholici.cz](http://www.anonymnialkoholici.cz), kde je adresář jednotlivých skupin a nebo nám napište na: Anonymní alkoholici, Na Poříčí 16, 110 00 Praha 1 nebo e-mail [kontakt@anonymnialkoholici.cz](mailto:kontakt@anonymnialkoholici.cz). Můžete i volat na číslo 736 190 990. Členové AA, kteří tam pracují, se s vámi podělí o své zkušenosti a rádi do začátku nabídnou návrhy, jak založit skupinu AA.

## Další AA zdroje

*Dospěli jsme k víře*

*Anonymní alkoholici*

Příloha II „Spirituální zážitek“

Kapitola čtyři „My agnostici“

„Myslíš, že jsi odlišný?“

Z časopisu Grapevine:

*Spirituální probuzení: Cesty ducha*

*Spirituální probuzení II*

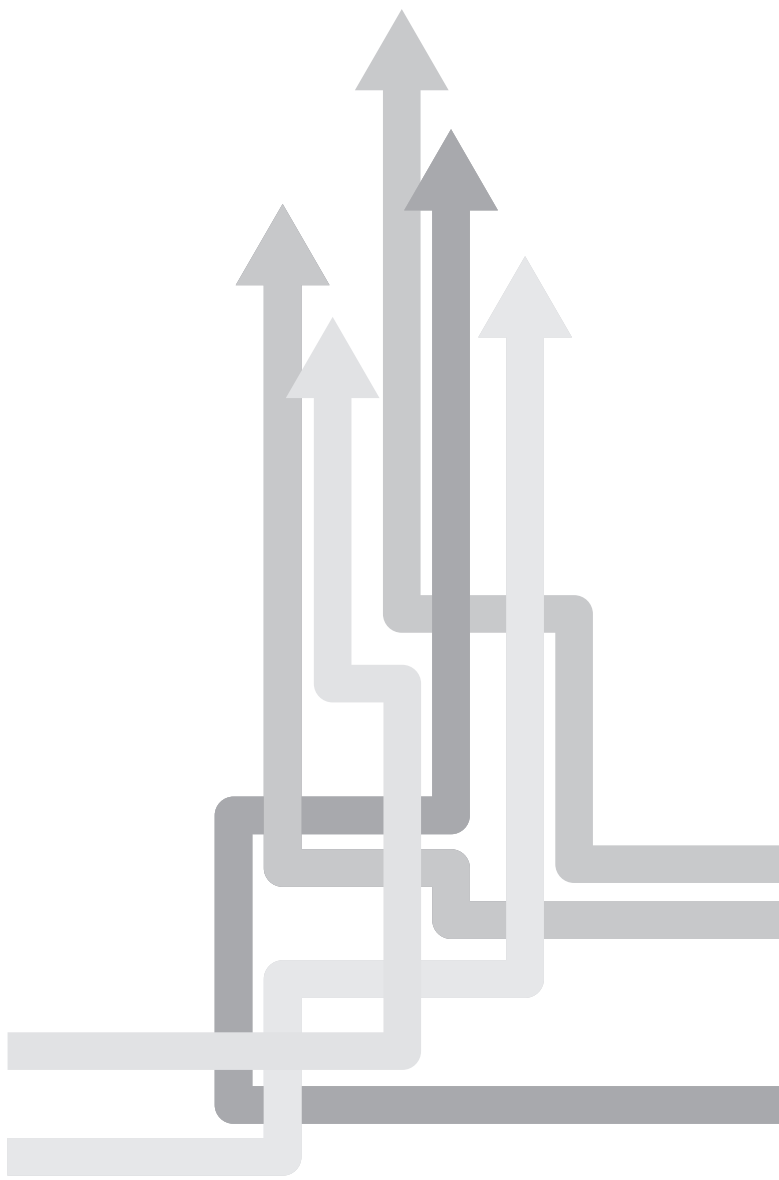
## DVANÁCT KROKŮ ANONYMNÍCH ALKOHOLIKŮ

1. Přiznali jsme si svou bezmocnost nad alkoholem – že se naše životy staly neovladatelné.
2. Dospěli jsme k víře, že síla větší než naše může obnovit naše duševní zdraví.
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 sami sebe.
5. Přiznali jsme Bohu, sami sobě a jiné lidské bytosti přesnou povahu svých chyb.
6. Byli jsme zcela připraveni, aby Bůh odstranil všechny tyto naše charakterové vady.
7. Pokorně jsme ho požádali, aby tyto naše nedostatky odstranil.
8. Sepsali jsme listinu všech lidí, kterým jsme ublížili a dospěli jsme k ochotě jim to všem vynahradit.
9. Provedli jsme přímé nápravy ve všech případech, kdekoliv to bylo možné, s výjimkou, kdyby naše počínání těmto nebo jiným lidem ublížilo.
10. Pokračovali jsme v provádění osobní inventury, a když jsme chybovali, okamžitě jsme se přiznali.
11. Pomocí modlitby a meditace jsme hledali, jak zdokonalit svůj vědomý kontakt s Bohem, jak jsme ho chápali my sami 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 předávat toto poselství ostatním alkoholikům a uplatňovat tyto principy ve všech našich záležitostech.



## DVANÁCT TRADIC ANONYMNÍCH ALKOHOLIKŮ

1. Naše společné blaho by mělo být na prvním místě, osobní uzdravení závisí na jednotě AA.
2. Pro účely naší skupiny je zde pouze jedna konečná autorita - milující Bůh, tak jak se projevuje sám v našem skupinovém svědomí. Naši vedoucí jsou pouze důvěryhodní služebníci; nevládnou nám.
3. Jediným požadavkem pro členství v AA je touha přestat pít.
4. Každá skupina by měla být autonomní s výjimkou případů, které ovlivňují ostatní skupiny nebo AA jako celek.
5. Každá skupina má pouze jediný hlavní účel - předávat své poselství alkoholikovi, který ještě trpí.
6. Skupina AA by nikdy neměla podporovat ani financovat jakékoliv příbuzné zařízení, nebo podnik stojící mimo AA, ani mu propůjčovat jméno AA, aby nás problémy peněz, majetku a prestiže neodváděly od našeho hlavního účelu.
7. Každá skupina AA by měla být plně soběstačná a odmítat příspěvky z vnějšku.
8. Anonymní alkoholici by měli navždy zůstat neprofesionálními, i když naše střediska služeb mohou zaměstnávat specializované pracovníky.
9. AA jako takové by nikdy nemělo být organizováno, ale my můžeme vytvářet služební rady nebo komise přímo odpovědné těm, kterým slouží.
10. Anonymní alkoholici nemají názor na záležitosti mimo společenství, proto by jméno AA nemělo být nikdy zataženo do veřejných sporů.
11. Naše vztahy k veřejnosti jsou založeny spíše na přitažlivosti než na reklamě, musíme vždy zachovávat osobní anonymitu na úrovni tisku, rozhlasu a filmu.
12. Anonymita je duchovním základem všech našich Tradic, která nám stále připomíná, abychom kladli principy před osobnosti.





## Deklarace jednoty

Toto dlužíme budoucím členům AA:  
Klást naše společné blaho na první místo,  
zachovat naše Společenství jednotné.  
Protože na jednotě AA závisí naše životy,  
a životy těch co přijdou po nás.

## Jsem zodpovědný...

Když kdokoliv kdekoliv  
napřáhne ruku s žádostí o pomoc,  
chci, aby tam ruka AA byla vždy k dispozici.  
A za to jsem zodpovědný.