



## *PAB Divpadsmit Soļi*

- 1) Mēs atzinām, ka esam bezspēcīgi alkoholisma vai citas ģimenes disfunkcijas priekšā, un ka mūsu dzīves bija kļuvušas nevadāmas.
- 2) Sākām ticēt, ka tikai par mums stiprāks Spēks var atjaunot mums veselo saprātu.
- 3) Nolēmām mūsu gribu un mūsu dzīvi uzticēt Dievam, kā mēs viņu sapratām.
- 4) Veicām dziļu un bezbailīgu savu morālo inventarizāciju.
- 5) Atzinām Dieva, sevis un vēl kāda cita cilvēka priekšā savu nodarījumu īsto dabu.
- 6) Bijām pilnīgi gatavi, lai Dievs noņemtu šos mūsu rakstura trūkumus.
- 7) Pazemīgi lūdzām, lai Dievs atbrīvo mūs no mūsu trūkumiem.
- 8) Sastādījām to cilvēku sarakstu, kuriem bijām darījuši pāri, un apņēmāmies atlīdzināt nodarīto.
- 9) Atlīdzinājām šiem cilvēkiem, kad vien iespējams, izņemot gadījumus, kad tas varēja kaitēt viņiem vai citiem.
- 10) Turpinājām veikt personīgo inventarizāciju un, kad kļūdījāmies, to tūlīt atzinām.
- 11) Ar lūgšanu un meditāciju centāmies pilnveidot mūsu apzināto kontaktu ar Dievu, kā mēs Viņu saprotam, lūdzot tikai uzzināt Viņa gribu pār mums, un spēku šo gribu pildīt.
- 12) Ieguvuši garīgo atmodu, ko deva šie soļi, mēs centāmies nest šo vēsti tiem, kas vēl arvien cieš, un pielietot šos principus visās mūsu dzīves jomās.

Divpadsmit Soļi ir pārpublicēti un pielāgoti no Anonīmo Alkoholīķu oriģinālajiem Divpadsmit Soļiem.

Adult Children of Alcoholics®/Dysfunctional Families  
[www.adultchildren.org](http://www.adultchildren.org) | [info@acawso.org](mailto:info@acawso.org) | +1(310) 534-1815

©2006 ACA WSO, Inc.  
Visas tiesības aizsargātas