

اصول هفت گانه دوازده قدم

ریچموند واکر



سرشناسه	واکر، ریچموند . Walker, Richmond
عنوان و نام پدیدآور	اصول هفت گانه دوازده قدم / مولف ریچموند واکر؛ ترجمه بهاره رزاقی.
مشخصات نشر	تهران: زهره‌وند، ۱۳۸۹.
مشخصات ظاهری	۷۲ ص.
شابک	978-600-5045-40-6
وضعیت فهرست‌نویسی	فیا
موضوع	انجمن الکلی‌های گمنام، Alcoholics Anonymous
موضوع	برنامه‌های دوازده قدمی
موضوع	الکلیها -- توانبخشی
موضوع	الکلیسم -- جنبه‌های روان‌شناسی
شماره افزوده	رزاقی، بهاره، ۱۳۶۱ - مترجم
ریدبندی کنگره	۱۳۸۹ کالف ۵۳۷۸/۲ HV
رده‌بندی دیویی	۳۶۲/۲۹۲۸۶
شماره کتابشناسی ملی	۲۰۹۵۴۷۰



اصول هفت گانه دوازده قدم

مؤلف: ریچموند واکر

مترجم: بهاره رزاقی

ناشر: زهره‌وند

نوبت چاپ: اول - ۱۳۸۹

شمارگان: ۳۰۰۰ نسخه

قیمت: ۱۸۰۰۰ ریال

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۵۰۴۵-۴۰-۶

حق چاپ محفوظ است

تلفن دفتر مرکزی: ۶۶۴۰۹۲۳۰ - ۶۶۴۶۵۸۸۱

فهرست

پیش‌گفتار	۴
۱. پذیرش	۵
اول چیزهای مهم‌تر	۵
۲. دوستی	۱۵
زندگی کن و بگذار دیگران زندگی کنند	۱۵
۳. تسلیم	۲۵
به لطف خدا	۲۵
۴. تهیه ترازنامه	۳۱
دریچه ذهن‌تان را باز کنید	۳۱
۵. جبران خسارت	۴۱
آسان بگیرید	۴۱
۶. در زمان حال زندگی کن	۴۷
فقط برای امروز	۴۷
۷. خدمت‌رسانی	۶۱
آیا من به یاری برادرم خواهم شتافت؟	۶۱

پیش‌گفتار

ریچموند واکر نویسنده کتاب فقط معتادان بخوانند و کتابی معروف در زمینه مراقبه روزانه به نام بیست و چهار ساعت شبانه‌روز می‌باشد. کتاب حاضر آخرین اثر این نویسنده می‌باشد. این کتاب حاصل سالها تجربه، بینش و درک عمیقی است که وی از تفکر و تعمق در فلسفه دوازده قدم به دست آورده است.

واکر در این کتاب اصول بنیادی دوازده قدم را تحت عنوان پذیرش، دوستی، تسلیم، تهیه ترازنامه، جبران خسارت، زندگی در زمان حال و خدمت شرح می‌دهد.

به عقیده واکر اگر اعضای گروه‌های دوازده قدمی به‌طور مستمر و مداوم در جلسات شرکت کرده و با یکدیگر تبادل نظر کنند و در کارهای خدماتی برنامه شرکت جویند به درک کامل برنامه دست پیدا خواهند کرد. زندگی خود وی نمونه بارز این اعتقاد است.

امیدواریم کتاب حاضر به تمام کسانی که در مسیر بهبودی گام برداشته‌اند، کمک کند و از خداوند به خاطر اینکه این افتخار را نصیب ما نمود که آن را در اختیار شما قرار دهیم، سپاسگزاریم.

بیل پی