

Отказ от «сухого пьянства»

«Иногда у нас наступает депрессия. Я прошел через это; я сам был чемпионом по сухой пьянке. Если поверхностные причины были всего лишь частью всей картины, просто событиями, которые ускоряют депрессию, то более серьезные причины, я уверен, лежали глубже.

Умом я принимал свою ситуацию, а эмоционально — нет.

Конечно, для таких проблем нет готовых решений. Но частично они могут быть решены путем неустанных усилий по прохождению всех Двенадцати Шагов АА».

Письмо, 1954.