

Справедливое негодование

«Справедливое негодование является чисто теоретическим фактом, особенно для алкоголиков. Оно дает нам как бы право говорить о том, что мы можем сердиться, как нам хочется, если считаем, что этот гнев справедливый».

*** ***

Мы должны были понять, что если мы накапливаем недовольство и строим планы мести за поражение, то накопленный нами гнев на поверку оборачивается против нас самих. Мы поняли также, что, если мы вышли из себя, нам нужно прежде всего успокоиться, независимо от того, кто, как нам кажется, виноват или что послужило причиной нашего недовольства.

1. *Письмо, 1954.*
2. *«Двенадцать и двенадцать».*