

Min 2. opgave

(Jeg vil have afsluttet denne opgave den _____)

HANDLING

Note: Dette kapitel indeholder de klare retningslinjer for Femte, Sjette, Syvende, Ottende, Niende, Tiende og Elvte trin. Derfor vil vi opdele studiet af dette kapitel til at lære HVORNÅR man tager det enkelte trin, HVORDAN man tager trinnet, HVAD RESULTATERNE eller LØFTERNE er samt BØNNEN/BØNNERNE til hvert enkelt trin.

FEMTE TRIN

1. Hvad er den bedste grund til at tage Femte Trin?
2. Hvilken sandhed lærer jeg om mig selv på side 88?
3. HVORNÅR tager jeg femte trin?
4. HVORDAN tager jeg femte trin?
5. HVAD er LØFTERNE af Femte Trin?
6. Hvad gør jeg, før jeg tager Sjette Trin?
7. Hvad er Femte Trins BØNNERNE?

SJETTE TRIN

8. HVORNÅR tager jeg Sjette Trin?
9. HVORDAN tager jeg Sjette Trin?
10. Hvad er Sjette Trins BØNNEN?

SYVENDE TRIN

11. HVORNÅR tager jeg Syvende Trin?
12. Hvad er Syvende Trins BØNNEN?
13. HVAD beder jeg om?

OTTENDE TRIN

14. HVAD har jeg?
15. HVORNÅR fik jeg det?
16. HVAD skal jeg gøre?
17. Hvad er Ottende Trins BØNNEN?
18. HVORFOR kom jeg til Anonyme Alkoholikere?

NIENDE TRIN

19. HVAD er mit egentlige formål?
20. Hvad vil de blive imponerede over?
21. Med hvilken ånd skal jeg gå til dem?
22. Hvad bekender jeg?
23. Hvad nu, hvis jeg skylder penge?
24. Hvad nu, hvis jeg har begået noget kriminelt?
25. Hvilken BØN har jeg fået til dette problem?
26. Hvad nu, hvis nogen bliver negativt påvirket af min undskyldning?
27. Hvilken BØN får jeg for det tilfælde?
28. Hvad nu, hvis der foreligger utroskab fra min side?
29. Hvilken BØN har jeg fået til denne situation?
30. Hvad med Niende Trin overfor min familie?

31. Hvilken BØN har jeg fået til at bede Gud fortsætte med at ændre mig?
32. Hvad med det åndelige liv?
33. Hvis vi har været samvittighedsfulde med denne del, hvad er så resultaterne?
34. Hvor er jeg i forhold til de første hundred?

TIENDE TRIN

35. Kan jeg slappe af, når jeg tager dette trin?
36. HVORNÅR begynder jeg at tage Tiende Trin?
37. Hvad er jeg kommet ind i?
38. Hvad skal min næste funktion nu være?
39. Hvor længe må jeg fortsætte med at anvende dette Trin i min daglige tilværelse?
40. HVAD holder jeg øje med? (Hvilket trin?)
41. NÅR nogen af disse ting dukker op, hvad er så det første jeg gør? (Hvilket trin?)
42. HVAD er det næste, jeg skal gøre? (Hvilket trin?)
43. Og HVAD skal jeg måske gøre? (Hvilket trin?)
44. Og hvad gør jeg så til sidst med en fast indsats? (Hvilket trin?)
45. HVAD er det første LØFTE?
46. HVILKE andre resultater bliver jeg LOVET?
47. Hvad er Tiende Trins BØNNERNE?
48. Er de valgfrie?

ELVTE TRIN

49. Hvad er forudsætningen for at få Elvte Trin til virkelig at fungere?
50. HVAD gør jeg ved sengetid?
51. Kan jeg finde både BØN og MEDITATION i denne øvelse?
52. HVORDAN begynder jeg min dag?
53. Kan jeg finde både BØN og MEDITATION i denne øvelse?
54. HVORDAN skal jeg afslutte min "stille stund"?
55. HVAD skal jeg gøre hele dagen?
56. Hvilke LØFTER har jeg fundet?

TOLVTE TRIN – ARBEJDET MED ANDRE

Tolve Trin består af tre dele: (1) LØFTET (2) vores hovedformål og (3) vores andet formål, som bliver afdækket i "3. opgave". Hvis du omhyggeligt har fulgt retningslinjerne indtil nu, er du klar til at begynde at være "sponsor" overfor alkoholikeren, der stadig lider og er villig til at gøre hvad som helst for at sejre over alkohol. Det er, hvad vi gør for at vokse åndeligt og fortsætte med at nyde vores ædruelighed. Vi kom til Anonyme Alkoholikere fordi mangel på magt var vores dilemma. Gennem de første ni trin, får vi Magten/Kraften til at blive helbredte. For at få mere af den Magt/Kraft, der tillader os at leve et liv fyldt med fred og sindsro og formål, MÅ vi forsøge at give det videre til andre. Husk på, at hvis bekendelse (Tiende Trin) og bøn og meditation (Elvte Trin) var tilstrækkeligt, ville der ikke være så mange præster i Anonyme Alkoholikere.

LØFTET – "Når vi som følge af disse trin havde haft en åndelig opvågning,"
 Vores HOVEDFORMÅL – "forsøgte vi at bringe dette budskab videre til alkoholikere."

57. Hvad er det vigtigste, jeg har lært på side 102?
58. Hvad lærte jeg på side 103?
59. Hvad lærte jeg på side 104?

60. Hvad lærte jeg på side 105?
61. Hvad lærte jeg på side 106?
62. Hvad lærte jeg på side 107?
63. Hvad lærte jeg på side 108?
64. Hvad lærte jeg på side 109?
65. Hvad lærte jeg på side 110?
66. Hvad lærte jeg på side 111?
67. Hvad lærte jeg på side 112?
68. Hvad lærte jeg på side 113?
69. Hvad lærte jeg på side 114?
70. Hvad lærte jeg på side 115?
71. Hvad lærte jeg på side 116?

NU er jeg klar til opsøge, gå til og henvende mig til seriøse drankere for at finde ud af, om de er virkelige alkoholikere og har villigheden til at gøre hvad som helst for at overleve. Hvis de er, vil jeg forsøge at bringe mit budskab om forståelse og håb videre ved at fortælle dem min historie om, hvordan mit liv var som seriøs dranker. Hvordan jeg lærte, hvad alkoholisme er, og hvordan jeg lærte, at jeg har denne dødelige sygdom. HVIS de udtrykker ønsket om virkelig at komme deres alkoholproblem til livs og er nysgerrige efter at vide, hvordan jeg opnåede det umulige mål, vil jeg fortælle dem, hvordan jeg udførte den praktiske handlingsplan ved at følge de præcise og klare retningslinjer, som har vist sig så succesfulde siden 1939. Og derefter vil jeg fortælle dem en smule om, hvordan mit liv er nu. Hvis de ønsker det, som jeg har, så vil jeg sørge for, at de har en Store Bog og stille mig selv til rådighed for dem så længe, de er villige til at følge vores vej.

Når nogle få af dem, som du har forsøgt at hjælpe har fundet sig selv og er begyndt at forsøge at bringe deres historie om miraklet i deres helbredelse videre til andre, vil du have fundet den sande glæde ved at give dig selv; den sande glæde ved at leve!