

12° PASSO DENTRO
per
Raccolta di informazioni
"Le idee che funzionano"

Tipo di progetto: Recupero/portare il messaggio.

Nome del progetto: Lavorare sui Dodici Passi.

Obiettivo del progetto: Fornire idee ai singoli, ai gruppi e / o alle convention, per rafforzare il vostro programma.

Centro di servizio organizzatore: Note tratte da "Lavorare sui Dodici Passi", Seminario della Convention Mondiale di Servizio, 2010 (L. A.)

Informazioni di contatto: Mike, mikeb1bear@gmail.com

Ulteriori commenti (comprese le cose di cui essere consapevoli): Queste note possono essere utilizzate come argomenti per oratori, per un esercizio di scrittura, o per trasmettere il messaggio - "L'ultimo regalo per tutti noi" (vedi allegato).

Risultati: Aiutarci nel recupero.

NOTE TRATTE DA "LAVORARE SUI 12 PASSI"

Vivo nel problema o vivo nella sanità mentale. La prima situazione è il risultato del tentativo di imporre la mia volontà.

Attraverso i Passi, ho imparato che è utile tenere a freno la lingua.

I principi dei 12 Passi, se praticati, scacciano l'ossessione portata dalla nostra dipendenza.

Siamo venuti qui per discutere o per guarire?

Non si ottengono i Passi per osmosi. Ci vuole tanto lavoro.

OA e i Passi non mi insegnano a mangiare, ma mi insegnano a vivere – sono un piano di salva-vita e non un piano alimentare.

Il 10° Passo è un modo per continuare a mettere in pratica i Passi da 1 a 9 che mi hanno fatto star bene.

Il servizio non è un'opzione ... è il prezzo della libertà.

Baso la mia vita su quello in cui credo o sul comprendere quale sia la volontà di Dio per me, non quello che gli altri pensano che dovrebbe essere.

“L'opinione del dottore” e l'Appendice II del Grande Libro AA sono ricchi di spiegazioni!

Lavorare sui Passi da solo non è il modo migliore. Lavora con gli altri!

Ho bisogno di un piano alimentare strutturato e di un modo di vivere che mi mantenga onesto nel recupero.

C'è uno spirito nel mio profondo - la mia voce interiore - che è in collegamento con lo spirito dell'universo ... che è Dio. Devo ascoltare quella voce.

Il coraggio non è l'assenza di paura, ma l'agire nonostante la paura.

Il 5° Passo mi rende libero di essere quello che sono, senza bisogno di nascondere nulla.

Vivere in modo aperto ed onesto è possibile.

Il 6° Passo ci aiuta a mantenere una mente aperta, un atteggiamento elastico.

Se tengo la bocca chiusa non faccio gaffe.

Consapevolezza spirituale: "Dio, sii la mia bussola, non la mia logica".

Il 12° Passo - come posso essere utile per il mangiatore compulsivo che ancora soffre? Vedi a pagina 163 del Grande Libro (ed. inglese).

I Passi mi hanno aiutato a sapere che Dio mi assicura che tutto va bene.

Se non ci manteniamo in forma spiritualmente, avremo una ricaduta. Vedi a pagg.84-86 del Grande Libro (ed. inglese).

Dobbiamo "pulire la nostra casa", il più spesso possibile con il 10° Passo per tenerci in forma spiritualmente.

I Passi mi permettono di avere un chiaro collegamento tra ciò in cui credo e quello che faccio.

Quando alla mia famiglia manco perché sto andando ad una riunione, a loro manca la persona che sono diventato con la frequenza alle riunioni.