

S.L.A.A.s 12 trin*

(til godkendelse på servicemødet på Unitydagen den 5/10 2019)

1. Vi indrømmede, at vi var magtesløse over for sex- og kærlighedsafhængighed – at vores liv var blevet uhåndterligt.
2. Kom til at tro på, at en Kraft større end os selv kunne genskabe vores sunde fornuft.
3. Tog en beslutning om at lægge vores vilje og vores liv over til Guds omsorg, sådan som vi opfattede Gud.
4. Lavede en undersøgende og frygtløs moralsk ransagelse af os selv.
5. Indrømmede over for Gud, for os selv og for et andet menneske den nøjagtige natur af vores fejl.
6. Var helt indstillet på at lade Gud fjerne alle disse defekter i vores karakter.
7. Bad ydmygt Gud om at fjerne vores utilstrækkeligheder.
8. Lavede en liste over alle de mennesker, vi havde gjort fortræd, og blev villige til at gøre det godt igen over for dem alle.
9. Gjorde direkte bod over for de mennesker, hvor det var muligt, undtagen når det ville skade dem eller andre.
10. Fortsatte vores selvransagelse, og når vi havde fejlet, indrømmede vi det straks.
11. Søgte gennem bøn og meditation at forbedre vores bevidste kontakt med en Kraft større end os selv, idet vi kun bad om kendskab til Guds vilje med os og om styrken til at udføre den.
12. Efter at have fået en åndelig opvågning, som følge af disse trin, forsøgte vi at bringe dette budskab til sex- og kærlighedsafhængige og anvende disse principper på alle områder af vores liv.

* ©1985 The Augustine Fellowship, S.L.A.A., Fellowship-Wide Services, Inc. All Rights Reserved. ©1985 Det Augustine Fællesskab, Anonyme Sex og Kærlighedsafhængige, Fællesskabsomfattende Tjenester, Inc. Alle rettigheder forbeholdes. De Tolv Trin er gengivet og tilpasset med tilladelse fra Alcoholics Anonymous World Services, Inc. Tilladelse til at gengive og tilpasse de Tolv Trin betyder ikke, at AA er tilknyttet S.L.A.A.. AA er udelukkende et program til helbredelse for alkoholisme. Brug af de Tolv Trin i forbindelse med programmer og aktiviteter med AA som forbillede, men vedrørende andre problemer, indebærer ikke andet og mere.

Anonyme Alkoholikers Tolv Trin

1. Vi indrømmede, at vi var magtesløse over for alkohol – at vi ikke kunne klare vort liv. 2. Vi kom til at tro, at en Magt større end os selv kunne give os vor sunde fornuft tilbage. 3. Vi besluttede at give vor vilje og vort liv over til Guds omsorg – Gud sådan som vi opfattede Ham. 4. Vi lavede en dybtgående og frygtløs moralsk opgørelse over, hvad vi indeholdt. 5. Vi indrømmede over for Gud, for os selv og for et andet menneske, nøjagtig hvordan det forholdt sig med vore fejl. 6. Vi var helt indstillet på at lade Gud fjerne alle disse fejl i vores karakter. 7. Vi bad Ham ydmygt om at fjerne vore fejl. 8. Vi lavede en liste over alle de mennesker, vi havde gjort fortræd, og blev villige til at gøre det godt igen over for dem alle. 9. Vi gik direkte til disse mennesker og gjorde det godt igen, hvor det var muligt, undtagen hvor dette ville skade dem eller andre. 10. Vi fortsatte vor personlige opgørelse, og når vi havde fejlet, indrømmede vi det straks. 11. Vi søgte gennem bøn og meditation at forbedre vor bevidste kontakt med Gud, sådan som vi opfattede Ham, idet vi alene bad om at få at vide, hvad der var Hans vilje med os og om styrken til at udføre den. 12. Når vi som følge af disse trin havde oplevet en åndelig opvågning, forsøgte vi at bringe dette budskab videre til alkoholikere og at efterleve disse principper i alt, hvad vi gjorde.