

Einladung

Was ist ein 12 Schritte Sonntag ?

1. Meeting

12 -Schritte-Sonntage am Tor

27. Oktober 2019

67227 Frankenthal,
Westliche Ringstraße 38
Direkt am Wormser Tor
„Projektraum“ 1. OG mit Lift
Parken im Parkhaus am Bahnhof –
Kosten ganztägig € 4,00

Ankommen jeweils ab 10.00 Uhr – Beginn des ersten Meetings 10.30 Uhr - Ende spätestens 16.45 Uhr
Alle Meetings sind offen. Auch Besucher anderer anonymen 12-Schritte-Gruppen sind willkommen.

Tagesprogramm Blaues Buch und mehr

10.30-11.30 Uhr Meeting 1 = Gutes Leben

Kleine Pause

11.45-12.45 Uhr Meeting 2 = Spirituelle Lebensgrundlage

Mittagspause

14.15- 15.15 Uhr Meeting 3 = Krankheit/Behinderung

Kaffeeklatsch

15.45-16.45 Uhr Meeting 4 = Wirkliche Genesung

Und jetzt noch eine besondere Bitte:

Je mehr FreundInnen kommen, umso größer ist die Bereicherung unseres spirituellen Lebens.

Also bringt Neue mit, damit sie teilhaben können am Besten was uns ein nüchternes Leben bietet.

Das Beispiel der Freunde von Allensbach am Bodensee hat uns inspiriert. Durch mehrfache Teilnahme an diesen spirituellen Sonntagen ist der Gedanke gereift, diese in unserer Gegend ebenfalls stattfinden zu lassen.

Warum machen wir das?

Diese Idee haben wir nicht erfunden, sondern von amerikanischen AA's übernommen.

Die Erfahrungen mit Intensiv-Tagen sind außerordentlich positiv.

Wir arbeiten konkret an vorgegebenen Themen, auf die sich freiwillige Sprecher vorher gründlich vorbereiten.

An einem Sonntag finden 4 Meetings á 60 Minuten statt. Der Sprecher leitet thematisch ca. 10 Minuten ein.

Dann freie Rednerliste á 5 Minuten pro Person.

Ein schöner Rahmen ist gewährleistet. Vollverpflegung ebenso.

(Hunde sind leider nicht erlaubt.)

Der Zeitrahmen ist ca. von 10.00-17.00 Uhr. Es gibt genug Zeit für persönliche Begegnung.

Bei den letzten Veranstaltungen waren jeweils bis 50 Menschen mit Herz und Hirn dabei.

Es gibt keine verpflichtende Einschreibgebühr. Wir erwarten freiwillige Hutspenden.

Kostendeckend wird es, wenn Teilnehmer incl. Mittagessen etc. 20 Euro spenden. Das geht nur, weil wir alles selbst machen, und weil es FreundInnen gibt, die Kuchen etc. spenden.

Wer nicht zu Mittag isst, sei um 10 Euro gebeten.

Wir verlassen uns auf Euch. Bis jetzt hat es auch exzellent funktioniert.

Alle Meetings sind offen. Auch Nichtalkoholiker sind herzlich eingeladen. Eine Bitte natürlich: Wen Du hier siehst, was Du hier hörst, wenn Du gehst, bitte lass es hier!

Gutes Leben - was brauchen wir dafür?

Im Blauen Buch steht:

Kapitel 9 - Die Familie danach

Mit dem Trinken aufzuhören, ist nur der erste Schritt aus einer düsteren, spannungsgeladenen Atmosphäre. Ein Arzt hat es mal so ausgedrückt: „jahrelanges Zusammenleben mit einem Alkoholiker macht mit ziemlicher Sicherheit jede Ehefrau und jedes Kind neurotisch.“

Die Angehörigen eines Alkoholikers sehnen sich danach, dass Glück und Sicherheit zurückkehren. Sie erinnern sich an die Zeit, als Vater noch liebenswert, rücksichtsvoll und erfolgreich war. Das Vertrauen der Familie in den Vater steigt schnell. Sie glaubt, dass die gute alte Zeit bald zurückkommt, und verlangt dass der Vater sie sofort zurückbringt. Sie meint, dass Gott ihnen die Begleichung einer längst überfälligen Rechnung schuldet.

Freunde, die im Programm leben, und sich intensiv vorbereitet haben, werden ihre Sicht auf diesen Aspekt in ca. 10 Minuten vortragen.

In der verbleibenden Zeit kann darüber geteilt werden.

2. Meeting

Spirituelle Lebensgrundlage - hilft das wirklich?

Da wir noch unerfahren sind und gerade erst bewusste Verbindung zu Gott gefunden haben, ist es unwahrscheinlich, dass wir jederzeit inspiriert werden. Wenn wir solche Erwartungen hegen, müssen wir wohl mit allerlei törichten Ideen und Handlungen bezahlen.

Dennoch werden wir es erleben, wie unser Denken im Lauf der Zeit mehr und mehr in Einklang mit dem Willen der Höheren Macht kommt. Allmählich können wir uns darauf verlassen.

Wir Alkoholiker sind ungezügelt. Deshalb lassen wir uns auf die einfache Weise, die wir gerade beschrieben haben, von Gott lenken.

Freunde, die im Programm leben, und sich intensiv vorbereitet haben, werden ihre Sicht auf diesen Aspekt in
ca. 10 Minuten vortragen.

On der verbleibenden Zeit kann darüber geteilt werden.

3. Meeting

Bin ich krank, oder nur „behindert“

Im Kapitel „Die Meinung des Arztes“ äußert Dr. Silkworth die Theorie, dass Alkoholiker an einer Allergie gegenüber dem Alkohol leiden. Das bedeutet, dass die körperliche Verfassung des Alkoholikers genauso anomal ist, wie seine geistige.

Da unsere Krankheit der Alkoholismus ist, und trinken von Alkohol diese Krankheit hervorruft, und verschlimmert, bedeutet das, ich kann ein „normales“ Leben führen, jedoch nur mit der Einschränkung, keinen Alkohol meinem Körper zuzuführen. Das verhindert den Ausbruch dieser beschriebenen Allergie, und ich bin ebenso gesund wie z.B. eine Person die unter einer Lebensmittel-Allergie leidet.

Freunde, die im Programm leben, und sich intensiv vorbereitet haben, werden ihre Sicht auf diesen Aspekt in
ca. 10 Minuten vortragen.

On der verbleibenden Zeit kann darüber geteilt werden.

4. Meeting

Wirkliche Genesung - warum dauert das so lange?

Wenn wir neu in der Gemeinschaft der Anonymen Alkoholiker sind, und die erfahrenen Freunde sehen und hören, wollen wir das haben, was sie schon besitzen. Wir erfahren, dass es einen beschwerlichen Weg zur wirklichen Genesung gibt, und glauben, einen einfacheren Weg für uns gefunden zu haben.

Wir lesen im Blauen Buch, und finden auf Seite 97 die Versprechen für ein gutes Leben. Was wir dabei vergessen um dorthin zu kommen, ist die Arbeit an uns selbst. Wir sitzen in den Meetings, trinken Kaffee und Wasser und essen Kekse. Das ist zwar ganz schön und gemütlich, aber zur Veränderung unserer Persönlichkeit trägt das nur wenig bei.

Wenn wir wirklich genesen, und zu einem nützlichen Mitglied der Gesellschaft heranreifen wollen, müssen wir die Empfehlungen im BB ernst nehmen und diese in unser Leben übernehmen.

Freunde, die im Programm leben, und sich intensiv vorbereitet haben, werden ihre Sicht auf diesen Aspekt in ca. 10 Minuten vortragen.

On der verbleibenden Zeit kann darüber geteilt werden.