

Religiösa citat ur boken DE TOLV STEGEN/DE TOLV TRADITIONERNA

” Boken behandlar principerna för medlemmarnas individuella tillfrisknande (Stegen) och AA-gruppernas enighet (Traditioner).” [Citat från AA:s hemsida](#)

1. "För vår grupp finns en högsta auktoritet - en älskande Gud, såsom Han kommer till uttryck i vårt gemensamma gruppsamvete."

DE TOLV STEGEN/DE TOLV TRADITIONERNA,sid 105

2. "Varifrån får AA sina direktiv ? ...Dessa praktiska människor läser sedan Andra traditionen och får veta att den enda auktoriteten i AA finns hos en älskande Gud så som han kommer till uttryck i gruppsamvetet."

DE TOLV STEGEN/DE TOLV TRADITIONERNA, sid 95 o 98.

3. "När vi försöker få vår egen vilja att sammanfalla med Guds vilja, då börjar vi använda vår egen vilja på rätt sätt. Detta var en helt underbar uppenbarelse för oss alla. Vårt stora misstag hade varit att vi använt vår viljestyrka på fel sätt. Vi hade försökt lösa problemen genom att tvinga igenom vår egen vilja i stället för att försöka få viljan i samklang med Guds avsikter med oss. Ändamålet för AA:s tolv steg är att gradvis möjliggöra en sådan samklang."

DE TOLV STEGEN/DE TOLV TRADITIONERNA,sid 20

4. "Han kan också berätta att varje tid av sorg eller lidande, då Guds hand kändes tung eller till och med orättvis, har gett honom nya lärdomar i livet och nya källor att hämta mod ur. Slutligen kom den oemotståndliga övertygelsen att 'Guds vägar är outgrundliga, när Han låter sina under ske'."

DE TOLV STEGEN/DE TOLV TRADITIONERNA,sid 73-74

5. "Ett träffande talesätt är: 'De enda som hånar bönen är de som själva inte har försökt sig på den tillräckligt!'"

DE TOLV STEGEN/DE TOLV TRADITIONERNA,sid 68

6. "Detta arv av lidande och av tillfrisknande lämnas med lätthet vidare bland alkoholister, från den ene till den andre. Detta är vår gåva från Gud och att skänka den till andra som är som vi är det enda syfte som i dag inspirerar alla anonyma alkoholister jorden runt."

DE TOLV STEGEN/DE TOLV TRADITIONERNA,sid.106.

7. "Vi erkände inför Gud, oss själva och en medmänniska alla våra fel och brister och innebörden av dem."

DE TOLV STEGEN/DE TOLV TRADITIONERNA,sid 33.

8. "'Detta är det steg som markerar skiljevägen'... Skiljevägen innebär alltså skillnaden mellan att gå mot ett självvalt mål och att sträva mot det bästa möjliga målet, som är Skaparens... Det har föreslagits att vi skall försöka bli helt villiga att sträva efter det bästa möjliga... I det ögonblick vi säger "Nej, aldrig", sluter vi vårt sinne för Guds nåd...

Det är just här som vi inte väljer att gå vägen mot ett självvalt mål utan istället börjar sträva mot det bästa möjliga målet - Guds vilja med oss."

DE TOLV STEGEN/DE TOLV TRADITIONERNA,sid 39,43,44

9. "Ambition är inte vad vi trodde att det var. Sann ambition är en innerlig önskan att leva som nyttiga varelser och ödmjukt vandra i Guds nåd."

DE TOLV STEGEN/DE TOLV TRADITIONERNA,sid 89

10. "Vi kommer alldeles säkert att få förlåtelse för våra försummelse, om vi ber om detta. Men Gud kommer förvisso inte att rentvå oss och bevara oss om vi inte själva medverkar."

DE TOLV STEGEN/DE TOLV TRADITIONERNA,sid 40.

11. "Sjunde steget medför den förändringen av vår inställning, att vi med ödmjukheten som rättesnöre kan ge upp vår självupptagenhet och i stället vända oss utåt mot andra människor och mot Gud."

DE TOLV STEGEN/DE TOLV TRADITIONERNA,sid 50.

12. "Så länge vi satte självtilliten främst, var en sann förtröstan på en Högre makt utesluten. Den grundläggande beståndsdel i all ödmjukhet saknades - en önskan att söka efter Gud och att följa Hans vilja."

DE TOLV STEGEN/DE TOLV TRADITIONERNA,sid 47.

13. "Allt eftersom vi lärde oss mer och mer om ödmjukhet blev det mest djupgående resultatet en förändring av vår inställning till Gud. "

DE TOLV STEGEN/DE TOLV TRADITIONERNA,sid 49.

14. "Många av oss, som hade ansett sig vara troende, fick upp ögonen för hur begränsad vår inställning är. Genom att underlåta att sätta Gud främst hade vi utestängt oss själva från Hans vilja."

DE TOLV STEGEN/DE TOLV TRADITIONERNA,sid 49.

15. "Det var nu som vi började skönja löfte och mening i orden 'I mig själv är jag ingenting, det är Fadern som gör verket'."

DE TOLV STEGEN/DE TOLV TRADITIONERNA,sid 49.

16. "Jag ber, att Du nu skall avlägsna varje fel och brist hos mig som kan stå i vägen för att jag skall vara till nytta för Dig och mina vänner."

ANONYMA ALKOHOLISTER,sid 74.

17. "Gud, giv mig sinnesro att acceptera det jag inte kan förändra, mod att förändra det jag kan och förstånd att inse skillnaden."

DE TOLV STEGEN/DE TOLV TRADITIONERNA,sid 90.

18. "Tro är visserligen nödvändig men tron ensam nyttar ingenting till. Vi kan ha tro, men ändå utestänga Gud från våra liv."

DE TOLV STEGEN/DE TOLV TRADITIONERNA,sid 15.

19. "När vår andliga tillväxt fortskridit ytterligare, upptäckte vi att den bästa tänkbara källan till känslomässig stadga var Gud själv. Det visade sig att en förtröstan på Hans rättvisa, förlåtelse och kärlek var välgörande, och att den skulle fungera när allt annat svek. Om vi verkligen förlitade oss på Gud, kunde vi inte gärna spela gud inför våra vänner, inte heller behövde vi känna oss totalt beroende av mänskligt skydd och mänsklig omvårdnad."

DE TOLV STEGEN/DE TOLV TRADITIONERNA,sid 82-83.

20. "Tar vi upp frågan med vår AA-sponsor eller andlige rådgivare, ber uppriktigt om Guds hjälp och ledning och föresätter oss att när sanningen står klar göra det rätta, kosta vad det kosta vill ?"

DE TOLV STEGEN/DE TOLV TRADITIONERNA,sid 59-60.

21. "När vi med Guds hjälp lugnt accepterade vår lott så märkte vi att vi kunde leva i frid med oss själva och samtidigt visa andra, som fortfarande led av samma fruktan, att också de kunde bli befriade från den."

DE TOLV STEGEN/DE TOLV TRADITIONERNA,sid 87

22. "På erfarenhetens städ smiddes strukturen för vår gemenskap fram... Så har det varit med AA. Med tro och med gärningar har vi kunnat bygga vidare på läxorna från en otrolig erfarenhet. De lever i dag i Anonyma Alkoholisters tolv traditioner som, om Gud vill, kommer att hålla oss samman i enighet så länge Han behöver oss."

DE TOLV STEGEN/DE TOLV TRADITIONERNA,sid 94

23. "Detta arv av lidande och av tillfrisknande lämnas med lätthet vidare bland alkoholister, från den ene till den andre. Detta är vår gåva från Gud och att skänka den till andra som är som vi är det enda syfte som i dag inspirerar alla Anonyma Alkoholister jorden runt."

DE TOLV STEGEN/DE TOLV TRADITIONERNA,sid 105

24. "Vi hade aldrig i någon djup och meningsfull bemärkelse gått tillrätta med oss själva... Vi hade inte ens kunnat be på rätt sätt... Det var alltid 'Uppfyll mina önskningar!' i stället för 'Ske Din vilja!' "

DE TOLV STEGEN/DE TOLV TRADITIONERNA,sid12-13

25. "Vi försökte genom bön och meditation fördjupa vår medvetna kontakt med Gud, såsom vi själva uppfattade Honom."

DE TOLV STEGEN/DE TOLV TRADITIONERNA,sid 67

26. "..varvid vi endast bad om insikt om Hans vilja med oss och styrka att utföra den."

DE TOLV STEGEN/DE TOLV TRADITIONERNA,sid 67

27. "Den känsla av samhörighet som vi uppnår är kanske den främsta utdelning vi får av bön och meditation."

DE TOLV STEGEN/DE TOLV TRADITIONERNA,sid 74

28. "Vi vet att Gud kärleksfullt vakar över oss. Vi vet att när vi vänder oss till Honom kommer det att gå oss väl, både nu och framledes."

DE TOLV STEGEN/DE TOLV TRADITIONERNA,sid 74

29. "De av oss som regelbundet använder bön kan inte längre undvara den, lika litet - och av samma skäl - som vi inte kan undvara luft, ljus och föda. När vi avstår från luft, ljus eller föda tar kroppen skada. När vi vänder oss bort från meditation och bön avstänges våra sinnen, känslor och instinkter på motsvarande sätt från livsviktigt underhåll."

DE TOLV STEGEN/DE TOLV TRADITIONERNA,sid 68

30. "Det händer att vi kommer i så häftigt uppror att vi helt enkelt inte vill be. När detta inträffar bör vi inte tänka alltför illa om oss själva. Vi bör helt enkelt återuppta bedjandet så

snart vi förmår, i vetskap om att detta är det bästa för oss."
DE TOLV STEGEN/DE TOLV TRADITIONERNA,sid 74

31. "Dessutom bör vi, om vi ber om bestämda saker, varje gång göra tillägget: '...om det är Din vilja'."
DE TOLV STEGEN/DE TOLV TRADITIONERNA,sid 72

32. "O Herre, låt mig bli en förmedlare av din frid, låt mig bringa kärlek där det nu råder hat. Låt mig föra in förlåtelsens anda där det nu råder orättfärdighet, låt mig bringa harmoni där det nu råder tvedräkt. Låt mig bringa sanning där det nu råder villfarelse, låt mig bringa tro där det nu råder tvivel. Låt mig bringa hopp där det råder misströstan, låt mig bringa ljus där det råder mörker och låt mig bringa glädje där det råder sorg. Giv, Herre, att jag hellre må söka trösta än bli tröstad, förstå hellre än bli förstådd, älska hellre än bli älskad. Ty det är genom att glömma sig själv som man finner. Det är genom att förlåta som man får förlåtelse. Det är genom att dö som man blir medveten om det eviga livet. Amen."
DE TOLV STEGEN/DE TOLV TRADITIONERNA,sid 69