



## **MA's 12 Trin - Hvordan det virker**

**At praktisere fuldstændig ærlighed, at åbne vore hjerter og sind, samt villigheden til at gøre hvad det skulle være for at få en åndelig opvågnen, er afgørende for vores bedring. Vore gamle ideer og måder at leve på virker ikke længere for os. Vores lidelse viser os, at vi er nødt til at give helt slip. Vi overgiver os til en magt større end os selv.**

**Her er de Trin vi tager, som er foreslået til vores bedring:**

- 1. Vi indrømmede, at vi var magtesløse overfor hash, og at vores liv var blevet uhåndterligt.**
- 2. Vi kom til at tro, at en magt større end os selv kunne give os vor sunde fornuft tilbage.**
- 3. Vi tog en beslutning om at lægge vort liv og vor vilje over til Guds omsorg, sådan som vi hver især opfattede Gud.**
- 4. Vi lavede en grundig og frygtløs moralsk opgørelse over hvad vi indeholdt.**
- 5. Vi indrømmede overfor Gud, os selv og et andet menneske, hvordan det forholdt sig med vores fejl.**
- 6. Vi var helt indstillede på at lade Gud fjerne alle disse fejl i vores karakter.**
- 7. Vi bad ydmygt Gud fjerne alle vores fejl.**
- 8. Vi lavede en liste over de mennesker, vi havde gjort fortræd og blev villige til at gøre det godt igen.**
- 9. Vi gik direkte til disse mennesker og gjorde det godt igen, undtagen i de tilfælde hvor det ville skade dem eller andre.**
- 10. Vi fortsatte vores personlige opgørelse, og når vi havde fejlet indrømmede vi det straks.**
- 11. Vi søgte gennem bøn og meditation at forbedre vores bevidste kontakt med Gud, sådan som vi hver især opfattede Gud, idet vi udelukkende bad om at få at vide, hvad der er Guds vilje med os og om styrken til at udføre den.**
- 12. Når vi som følge af disse trin havde oplevet en åndelig opvågnen, forsøgte vi at bringe budskabet videre til hashafhængige og at praktisere disse principper i alt hvad vi foretog os.**

**Tab ikke modet. Ingen af os er helgener. Vort program er ikke nemt, men det er enkelt. Vi stræber efter fremskridt, ikke fuldkommenhed. Vores erfaringer før og efter vi begyndte vores bedring, lærer os tre vigtige ting:**

- 1. At vi er hashafhængige og ikke kan håndtere vore egne liv;**
- 2. At der sandsynligvis ikke er nogen menneskelig kraft som kan befri os fra vores afhængighed; og**
- 3. At vores Højere Magt kan og vil, hvis vi søger den.**