



12 Schritte gegen meine Sucht

1. Ich erkenne und gebe zu, dass ich der (Alkohol-, Drogen-, ...) Sucht erlegen bin, gegen sie bislang kraftlos war und ihr mein Leben unterordnete.
2. Mit meiner ganzen Kraft und festem Willen will ich meiner (Alkohol-, Drogen-, ...)Sucht absprechen und mein Leben unter die Fürsorge Gottes stellen.
3. Ich glaube fest daran, dass Gott mir beisteht und meine Gesundheit wieder herstellt.
4. Ich erforsche die Gründe und Probleme, die mich zu ... (Alkohol, Drogen...) greifen ließen.
5. Ich gestehe vor mir selbst, vor einer Person, der ich vertraue, und vor Gott die genaue Art meiner Übel ein.
6. Ich bereue und übergebe meine Fehler Gott und bitte Ihn demütig um Vergebung.
7. Ich bitte Gott, mir bei der Überwindung und Ablegung meiner Fehler und Schwächen zu helfen, notwendige Veränderungen in meinem Leben vorzunehmen und wenn ich es nicht alleine schaffe, mir die dazu nötige Hilfe zukommen und erkennen zu lassen.
8. Ich bitte diejenigen, die ich in irgendeiner Weise verletzt oder ihnen geschadet habe um Verzeihung und beziehe auch ggf. die zwischenzeitlich Verstorbenen mit ein.
9. Ich mache begangenes Unrecht wieder gut. Dort wo es mir nicht möglich ist, übergebe ich es Gott mit der Bitte, dass Er es für mich tun möge.
10. Wenn in mir der Drang entsteht nach meinem bisherigen Suchtmittel zu greifen, wende ich mich sofort in meinem Herzen an Gott und flehe ihn an, das Verlangen aus mir herauszunehmen und mich mit Seinem Frieden zu erfüllen.
11. Ich überprüfe fortwährend mein Handeln und wenn ich Unrecht tue, gebe ich es bereitwillig zu.
12. Ich suche einen beständigen Kontakt zu Gott, richte mein Leben im lebendigen, werktätigen Glauben nach der Lehre Jesu aus. Ich bitte Ihn um Erkenntnis Seines Willens und die Kraft, ihn auszuführen.