

MOJE PIERWSZE ZADANIE

Skończę to do

WIELKA KSIĘGA – STRONA TYTUŁOWA

1. Ta książka jest historią o....?

PRZEDMOWA

2. Co zawiera ta książka? Dlaczego?
3. Co to dla ciebie oznacza?

WPROWADZENIE DO PIERWSZEGO WYDANIA

4. Kto napisał tę książkę i dlaczego ?
5. Dlaczego zadali oni sobie trud opublikowania jej?
6. Co jest jedynym warunkiem członkostwa?
7. Czego więcej musisz się dowiedzieć w tym momencie?

WPROWADZENIE DO DRUGIEGO WYDANIA

8. Jaka jest najważniejsza informacja której dowiedziałeś się z tego wprowadzenia?

WPROWADZENIE DO TRZECIEGO WYDANIA

9. Kiedy rozpoczyna się zdrowienie w AA?

OPINIA LEKARZA

10. Dlaczego jestem bezsilny wobec alkoholu?
11. Dlaczego nie jestem w stanie kontrolować swojego życia?
12. Czego muszę doświadczyć żeby pozostać przy życiu?

OPOWIEŚĆ BILL'A

13. W trakcie czytania „Opowieści Bill'a” powinienem szukać przykładów, tego co przydarzyło mu się w rezultacie picia i zobaczyć ile z tych sytuacji przydarzyło się mnie samej. Powinam zwracać uwagę na emocje, których doświadczał i na to ile z nich pasują do tego, co sam czułem. Zrobię listę tych emocji. Zobaczą co przydarzyło się Bill'owi, a nie przydarzyło się jeszcze mnie samemu.

JEST SPOSÓB (ROZWIĄZANIE)

- 14.Str.14-wymień trzy kwestie na które zwraca uwagę Bill.
- 15.Co jest ważniejsze od samego niepicia?
16. Zidentyfikuj trzy typy ludzi pijących i zdecyduj, który pasuje do ciebie.
- 17.Gdzie lokuje się główny problem alkoholika?
18. Dlaczego ważne jest, żebym pracowała nad programem od razu, a nie za 90 dni?
19. Jakie jest moje rozwiązanie?

WIĘCEJ NA TEMAT ALKOHOLIZMU

20. Podczas czytania tego rozdziału mam szukać doświadczeń, uczuć, emocji oraz myśli które przeżywałam i które są podobne do tych doświadczanych przez autorów.
21. W czym muszę się upewnić?
22. Dlaczego?
23. Jakich 5 lub 6 lekcji wyciągnęłam z doświadczenia mężczyzny, który miał 30 lat?
24. Czego dowiedziałam się z historii Jim'a?
25. Jaka jest dokładna definicja tego co zrobił?
26. Jaka jest dokładna definicja tego co ja robiłem?
27. Jakie lekcje wyciągnęłam z historii Fred'a?
28. Czego dowiedział się on, gdy zdecydował się podjąć działanie.

MY NIEWIERZĄCY (AGNOSTYCY)

29. Jakie są odpowiedzi na pytania z pierwszego akapitu?
30. Jeśli którakolwiek z odpowiedzi na którekolwiek z tych pytań to NIE, oznacza to że jestem kim?
31. Co jest moją jedyną nadzieją?
32. Co jest moim głównym problemem (dylematem)?
33. Co jest głównym celem tej książki?
34. Na jakie jedno, krótkie pytanie muszę sobie odpowiedzieć?
35. Co się wydarzy, gdy odpowiem na to pytanie twierdząco?
36. Gdzie znajdę Boga?

JAK TO DZIAŁA?

37. Jak to działa?
38. Czym jest program?
39. Co jest zasadniczym źródłem mojego problemu?
40. Czym jest krok trzeci?
41. Czy jestem całkowicie skłonny do tego, żeby to zrobić?
42. Kiedy stawiam kroki?
43. Jak stawiam ten krok?
44. Jaki będzie rezultat?
45. Co nastąpi po podjęciu decyzji?
46. Kiedy mam wykonać krok czwarty?
47. Gdzie znajdę dokładne wytyczne do wykonania kroku czwartego?
48. Ile modlitw znalazłem?
49. Wymień je.
50. Do czego dążę stawiając ten krok?
51. Jakie obietnice znalazłem?
52. Wymień je.

JESTEM TERAZ CAŁKOWICIE GOTOWY, ABY ROZPOCZĄĆ PROCES ZDROWIENIA.

ZADZWONIĘ DO KILKU OSÓB I MOJEGO SPONSORA, ŻEBY POWIEDZIEĆ IM O TYM.