

## ***Die 12 Schritte - ein Lebensprogramm Ein Telefon-Workshop an 6 Sonntagen***

Der Zweck dieses Workshops besteht darin, euch eine Hinführung anzubieten zu einem möglichst effizienten und annehmbaren spirituellen Lebensplan, der zur Basis für seelischen Frieden und Freiheit von unserer Suchterkrankung werden kann.

Das Zwölf-Schritte-Programm ist ein reines Erfahrungsprogramm. Durch die Kapitulation vor unserer Problematik, dem Sich-Anvertrauen an eine Höhere Macht und die „Übergabe“ unserer Probleme an sie gelangen wir zur inneren Bereitschaft, diese Schritte zu vollziehen. Das aber fällt vielen so lange schwer, so lange sie glauben, an etwas festhalten zu können oder zu müssen.

Dieses Lebensprogramm kann seine tiefe Weisheit nur dann entfalten, wenn wir es ausprobieren.

Menschen in Not, die ihre Ohnmacht gegenüber ihre Abhängigkeit, ihrer Begrenztheit und ihren Fehlverhaltensweisen erkennen und zugeben können, werden mit Hilfe dieses Programms tiefe Erfahrungen machen und können entscheidende Hilfestellung erleben bei der Lösung ihrer inneren Verstrickungen.

Erst durch das Leben in den Zwölf Schritten zeigen solche Menschen ihren echten Wert.

### **Wir gehen im Workshop *durch alle 12 Schritte*.**

Während des Workshops habt ihr unter anderem auch die Möglichkeit, den Vierten Schritt, eine Inventur eures Lebens, zu machen. "Erkenne dich selbst, mach Inventur", sind Wendepunkte auf unserem Lebensweg. Sie fordern uns zum Innehalten, zur Selbstbestimmung und zum Fragen auf: "Wer bin ich, wie und was bin ich? Welche Konflikte trage ich in mir, welche ungelösten Probleme belasten mich? Was sind meine Stärken?" Um all das geht es im 4. Schritt.

Im weiteren Verlauf des Workshops wird in einer stillen Zeit eine Führung durch unsere Höhere Macht als 11.Schritt-Meditation geschrieben. Dazu gibt es Richtlinien, wie die Gedanken der Höheren Macht von unseren Ego- Gedanken unterschieden werden können. Dies wird in der vierten Sitzung geschehen.

In unserem Workshop bieten wir Hilfen an, all diese wichtigen Fragen zu beleuchten und Antworten darauf zu finden.

Grundlage des Workshops ist im Wesentlichen das *Blaue Buch* der Anonymen Alkoholiker und *Die 12 Schritte und 12 Traditionen von AA*.

***Wir laden euch herzlich dazu ein.***

***Wichtig:***

***Zum Gelingen des Workshops brauchen wir neue OAs und alte OA-Hasen und Häsinnen!***

***Besucht den Workshop mehrmals - es hilft uns und vielleicht auch euch.***



## Termine und Ablauf:

1. **Wer teilnehmen möchte**, melde sich bitte bei [telefonworkshop@gmail.com](mailto:telefonworkshop@gmail.com) Wir schicken dir dann per Mail die Unterlagen für den Workshop zu. **Aktuell ist die Version "November 2023"**

### 2. Termine:

Sonntag, 18. Februar 2024	10:30	Solltet ihr an einem der Termine nicht teilnehmen können, so könnt ihr euch den fehlenden Teil anhand des Skriptums erarbeiten.
Sonntag, 25. Februar 2024	10:30	
Sonntag, 3. März 2024	10:30	
Sonntag, 10. März 2024	10:30	
Sonntag, 17. März 2024	10:30	
Sonntag, 24. März 2024	10:30	

Jeder Workshop wird ca. 1 1/2 bis max. 2 Stunden dauern. **Wir führen euch durch alle 12 Schritte.**

### 3. Telefonzugangsdaten:

Bitte wählt zum jeweiligen Termin folgende Nummer:

**Einwahlnummer: Deutschland:** 0221 98203420

**Schweiz:** +41(0) 44 5133007

Andere Länder auf Anfrage

**Österreich:** +43(0) 1 2650500

**Italien:** +39(0) 55 464 0570

**Teilnehmer-Zugangscode:**

**699 622**

Gebt nach Aufforderung den Zugangscode ein und **drückt dann die Taste #**

Sobald die Verbindung zur Live-Telefonkonferenz hergestellt ist, kann jeder Teilnehmer sprechen.

Um pünktlich anfangen zu können, wählt euch bitte 5 Minuten früher ein. So kann jeder begrüßt werden.

Bitte achtet darauf, Nebengeräusche zu vermeiden und die Anklopf Funktion des Telefons (falls vorhanden) abzuschalten.

**er eine Flatrate hat, telefoniert kostenlos.**

**Bei Rückfragen oder wenn ihr die Unterlagen nicht erhalten habt, wendet euch bitte an**

Walter 0941 2906189 oder [oa-walter@web.de](mailto:oa-walter@web.de)

Wir freuen uns auf euch,

*Das Workshop-Team*