



Promisiunile – ACA

- 1) Ne vom descoperi adevăratele noastre identități, iubindu-ne și acceptându-ne pe noi înșine.
- 2) Stima noastră de sine va crește, pe măsură ce ne oferim nouă înșine aprobare în fiecare zi.
- 3) Frica de figurile autoritare și nevoia de a face pe plac oamenilor ne vor părăsi.
- 4) Capacitatea noastră de a împărtăși intimitatea va crește înăuntrul nostru.
- 5) Pe măsură ce ne înfruntăm problemele noastre legate de abandon, vom deveni atrași de calități și mai îngăduitori față de slăbiciuni.
- 6) Ne vom bucura să ne simțim stabili, împăcați și siguri din punct de vedere financiar.
- 7) Vom învăța cum să ne jucăm și să ne distrăm în viețile noastre.
- 8) Vom alege să iubim oameni care pot iubi și care pot să fie responsabili pentru ei înșiși.
- 9) Ne va fi din ce în ce mai ușor să stabilim granițe și limite sănătoase.
- 10) Fricile de eșec și de succes ne vor părăsi, pe măsură ce vom face intuitiv alegeri din ce în ce mai sănătoase.
- 11) Cu ajutor din partea grupului nostru de suport ACA, ne vom elibera treptat de comportamentele noastre disfuncționale.
- 12) Treptat, cu ajutorul Puterii noastre Superioare, vom învăța să ne așteptăm la ceea ce este mai bun pentru noi și să îl obținem.