



ACA-Løftene

- 1) Vi kommer til å oppdage vår sanne identitet ved å elske og godta oss selv.
- 2) Vår selvrespekt vil styrkes ettersom vi bekrefter oss selv hver dag.
- 3) Frykt for autoritetspersoner og behovet for å blidgjøre andre vil forlate oss.
- 4) Vår evne til å leve i nære relasjoner vil styrkes i oss.
- 5) Vi kommer til å tiltrekkes av styrker og bli mer tolerante overfor svakheter, etter hvert som vi tar tak i våre problemer med å ha blitt sviktet.
- 6) Vi kommer til å sette pris på følelsen av å være stabile, fredfylte og økonomisk trygge.
- 7) Vi kommer til å lære å leke og ha det moro i livet.
- 8) Vi vil velge å elske mennesker som både elsker og tar ansvar for seg selv.
- 9) Det vil bli enklere for oss å sette og opprettholde sunne grenser.
- 10) Frykt for å mislykkes, og for å lykkes, vil forlate oss, ettersom vi intuitivt tar sunnere valg.
- 11) Ved hjelp av støttegruppa vår i ACA vil vi langsomt gi slipp på vår dysfunksjonelle oppførsel.
- 12) Gradvis, vil vi, ved hjelp av vår Høyere Kraft, lære å forvente det beste og få det.