



## *ACA Løftene*

- 1) Vi kommer til og oppdage vår sanne identitet ved og elske og godta oss selv.
- 2) Vår selvrespekt vil styrkes ettersom vi bekrefter oss selv hver dag.
- 3) Frykt for autoritetspersoner og behovet for og blidgjøre andre vil forlate oss.
- 4) Vår evne til og leve i nære relasjoner vil styrkes i oss.
- 5) Ettersom vi ser våre problemer med svik i øynene, vil vi bli tiltrukket av kvaliteter og blir mer tolerante overfor svakheter.
- 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 og 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 suksess vil forlate oss, ettersom vi intuitivt velger sunnere løsninger.
- 11) Ved hjelp av støttegruppa ACA vil vi langsomt gi slipp på vår dysfunksjonelle oppførsel.
- 12) Gradvis, vil vi, ved hjelp av vår Høyere Makt, lære å forvente det beste og få det..