

Vor dem Beginn braucht ihr folgendes:

- *Das Blaue Buch der Anonymen Alkoholiker (Neuausgabe 2009, 1. rev. Auflage 2016)*
- *BBE Arbeitsbuch*
- *Aufgaben Heft (Englisch: Sponsorship Guide 5,1 & 6.1)*
- *Leitfaden für Dummies Schritte 1-3:*
Version AI-Anon (für Chaos-Stifter, Aufregaholiker, Adrenalin-Junkies)
Version AA
Version AS/SLAA etc.
- *Schritt 4-12 Pakete (Groll Liste / Angst Liste / Sex Inventur)*
- *Schritt 6 & 7ter Transkript Dan's Audio Datei*

Downloads und Infos: BBA: www.bbaworks.com und die europäische BBA Website ist: www.bigbookawakening.eu

Kontakt USA: San Diego BBA Contacts: Tyla (619) 540-8952 Lee Ann (619) 368-9944 Bryan (619) 218-8141 (AI-anon)

Kontakt Deutschland: Elaine (+49) 163 4270042 / Österreich: Karin, Wien (+43) 676 5419414, Josef (+43) 681 10351449, Thomas (+43) 6509114128

Einführungsmeeting:

- Versucht einen regelmäßigen Termin zu finden, für 1,5-2 Stunden pro Woche (Zum Beispiel: Donnerstag 19:30-21:00 Uhr)
- Es benötigt ca. 20-26 Wochen um das *Blaue Buch* zu lesen und alle 12 Schritte durchzumachen. Ich verwende den *Leitfaden für Dummies* für den 1., 2., und 3. Schritt und das gesamte *Blaues Buch Erwachen (BBE) Arbeitsbuch*. (Für eine neue Erfahrung kannst du die Fragen im BBE schriftlich beantworten, statt den Fragen aus dem Leitfaden für Dummies)
- Das folgende ist ein Leitfaden wie ich mit Sponsees arbeite. Ich schlage vor, dass der Sponsor dem Sponsee immer nur eine Aufgabe gibt um ihn nicht zu überfordern. Nehmt euch Zeit jede Aufgabe genau durchzugehen. Versichert euch, dass der Sponsee seine jeweilige Aufgabe auch gut verstanden hat.
- Ich fand es sehr hilfreich jedes Meeting mit einem Gebet und einer Meditation (5 Minuten) zu beginnen und so auch wieder zu beenden.

Eine Woche vor dem ersten Termin:**Datum** _____

Erkläre wie du selbst das *BBE Arbeitsbuch* in das *Blaue Buch* einträgst und gib dem Sponsee die erste Aufgabe.

Aufgabe vor dem 1. Meeting:

- A. *Lies im AA Blauen Buch alles bis zum letzten Vorwort (Seite XXVI)*
- B. *Lies im BBE Arbeitsbuch Seite 1 - 10 und schreibe beim Lesen alles in dein AA Blaues Buch, so wie es in der Anleitung beschrieben wird.*

Meeting 1:

Datum _____

1. Ich bespreche Bedeutung der Vorworte und der Einleitung und erkläre die Wichtigkeit des Kreises und Dreiecks wie es im *BBE* beschrieben wird.
 2. Wenn ihr fertig seid, geht zu der nächsten Aufgabe (kläre ab, dass er es verstanden hat).
 3. Vereinbart das nächste 2 Stunden Meeting für die nächste Woche.
-

Aufgabe vor Meeting 2:

- A. Lies im *AA Blauen Buch* AUS DER SICHT DES ARZTES auf Seite XXVII-XXXVII
- B. Während du dein *BBE Arbeitsbuch* von Seite 11 - 16 liest, schreibe es ins *AA Blaue Buch*. (Ich zeige ihm wie ich es in mein *AA Blaues Buch* geschrieben habe und welche Abkürzungen ich verwendet habe, „Glaube ich, dass“ als „GID“)
- C. Lies Seite 2-6 im *Leitfaden für Dummies*, bete das „Set Aside“ Gebet und beantworte die Fragen 1-10 auf Seite 7 – 9.

Meeting 2:

Datum _____

1. Wir lesen gemeinsam AUS DER SICHT DES ARZTES, jeweils einen Absatz, teilen unsere Erfahrung mit dem Umdrehen von Aussagen in Fragen (Beispiel: Habe ich getrunken um Erleichterung und Behaglichkeit zu finden?)
 2. Wenn ihr mit dem Lesen fertig seid, lass deinen Sponsee/Schritte Partner alle Fragen und Antworten aus der ersten Aufgabe im *Leitfaden für Dummies* vorlesen.
 3. Besprich die nächste Aufgabe und plane das nächste Meeting in der Folgewoche.
-

Aufgabe vor Meeting 3 (1. Teil von Bills Geschichte):

- A. Lies im *AA Blauen Buch* den ersten Teil von BILLS GESCHICHTE, Seite 1 bis 10 Ende Absatz 2 (Säufer sind so).
- B. *BBE Arbeitsbuch* Seite 17 - 18 ins *AA Blaue Buch* schreiben.
- C. Beantworte im *Leitfaden für Dummies* die Fragen 1-17 auf Seite 11 – 16.

Meeting 3:

Datum _____

1. Triff dich mit deinem Sponsee und mache dasselbe wie das letzte Mal.
 2. Lest den ersten Teil von BILLS GESCHICHTE im *AA Blauen Buch*, Seite 1-10 Ende A2.
 3. Höre die Fragen und Antworten des Sponsees vom *Leitfaden für Dummies* an.
-

Aufgabe vor Meeting 4 (2ter Teil von Bills Geschichte):

- A. Lies im *AA Blauen Buch* den zweiten Teil von BILLS GESCHICHTE, von Seite 10 ab Absatz 3 bis Seite 19.
- B. *BBE Arbeitsbuch* Seite 19-20 ins *AA Blaue Buch* schreiben.
- C. Beantworte Im *Leitfaden für Dummies*, die Fragen 18-21 auf Seite 11-17.

Meeting 4:

Datum _____

1. Triff dich mit deinem Sponsee und mache dasselbe wie das letzte Mal.
 2. Lest den zweiten Teil von **BILLS GESCHICHTE** im *AA Blauen Buch*, Seite 10 ab Absatz 3 – s S.19.
 3. Höre die Fragen und Antworten des Sponsees vom *Leitfaden für Dummies* an.
-

Aufgabe vor Meeting 5:

- A. Lies im *AA Blauen Buch* **ES GIBT EINE LÖSUNG**, von Seite 21 - 27 unten.
- B. *BBE Arbeitsbuch* Seite 21-25 ins *AA Blaue Buch* schreiben.
- C. Im *Leitfaden für Dummies Chaos* Seite 17 - 20 (Fragen 22 – 28) beantworten.

Meeting 5:

Datum _____

1. Triff dich mit deinem Sponsee und mache dasselbe wie das letzte Mal.
 2. Lest **ES GIBT EINE LÖSUNG** im *AA Blauen Buch*, Seite 21 - 27 unten.
 3. Höre die Fragen und Antworten des Sponsees vom *Leitfaden für Dummies* an.
-

Aufgabe vor Meeting 6:

- A. Lies im *AA Blauen Buch* **ES GIBT EINE LÖSUNG**, von Seite 27 unten bis Seite 34.
- B. *BBE Arbeitsbuch* Seite 26 - 30 ins *AA Blaue Buch* schreiben.
- C. Beantworte im *Leitfaden für Dummies* Seite 20 - 22 (Fragen 29 – 34).

Meeting 6:

Datum _____

1. Triff dich mit deinem Sponsee und mache dasselbe wie das letzte Mal.
 2. Lest **ES GIBT EINE LÖSUNG** im *AA Blauen Buch*, Seite 27 – 34.
 3. Höre die Fragen und Antworten des Sponsees vom *Leitfaden für Dummies* an.
-

Aufgabe vor Meeting 7:

- A. Lies im *AA Blauen Buch* **MEHR ÜBER ALKOHOLISMUS**, von Seite 35 - 43 (oberster Absatz).
- B. *BBE Arbeitsbuch* Seite 31 – 34 (bis zur Stelle **wahnsinnig*) ins *AA Blaue Buch* schreiben.
- C. Beantworte im *Leitfaden für Dummies* Seite 22 (Fragen 35 – 36).

Meeting 7:

Datum _____

1. Triff dich mit deinem Sponsee und mache dasselbe wie das letzte Mal.
 2. Lest **MEHR ÜBER ALKOHOLISMUS** Seite 35-43 (oberster Absatz) im *AA Blauen Buch*.
 3. Höre die Fragen und Antworten des Sponsees vom *Leitfaden für Dummies* Seite 22, Fragen 35 - 36 an.
-

Aufgabe vor Meeting 8:

- A. Lies im *AA Blauen Buch* MEHR ÜBER ALKOHOLISMUS, von Seite 43 ab A1 – S. 50.
- B. *BBE Arbeitsbuch* Seite 34 - 36 ins *AA Blaue Buch* schreiben.
- C. Beantworte im *Leitfaden für Dummies* Seiten 22 - 23 (Frage 37 – 39).

Meeting 8:

Datum _____

- 1. Triff dich mit deinem Sponsee und mache dasselbe wie das letzte Mal.
 - 2. Lest MEHR ÜBER ALKOHOLISMUS Seite 43 - 50 im *AA Blauen Buch*.
 - 3. Höre dir die Fragen und Antworten des Sponsees vom *Leitfaden für Dummies* Seite 22 – 23 (Frage 37 – 39).
-

Aufgabe vor Meeting 9:**Unmeisterbarkeit, Spirituelle Krankheit, unbehandelter Alkoholismus**

- A. Lies im *AA Blauen Buch* WIR AGNOSTIKER, von Seite 51, 52 und Seite 60 A2.
- B. *BBE Arbeitsbuch* Seite 37 - 39 ins *AA Blaue Buch* schreiben.
- C. Im *Leitfaden für Dummies* lies und beantworte die Seite 23 - 29 (Frage 40, die Liste „10 verrücktesten Dinge“ und Fragen 1-5 auf S 28-29).
- D.

Meeting 9:

Datum _____

- 1. Lest Seite 51, 52 und Seite 60 Mitte A2 über die spirituelle Krankheit (heillosten Verwirrungen) im *AA Blauen Buch*.
- 2. Höre die Fragen und Antworten des Sponsees vom *Leitfaden für Dummies* (Frage 40, die Liste „10 verrücktesten Dinge“ und Fragen 1-5 auf S 28-29).

Das beendet den Ersten Schritt**Aufgabe vor Meeting 10:**

- A. Lies im *AA Blauen Buch* WIR AGNOSTIKER, von Seite 51 – 59 Absatz oben.
- B. Während du das *BBE Arbeitsbuch* von Seite 40 – 44 Mitte liest (bist „...wie es unsere Vorfahren in materiellen Dingen waren?“), schreib diese ins *AA Blaue Buch*.
- C. Beantworte im *Leitfaden für Dummies* Seite 29 - 32 (Frage 6 – 13).

Meeting 10:

Datum _____

- 1. Triff dich mit deinem Sponsee und mache dasselbe wie das letzte Mal.
 - 2. Lies im *AA Blauen Buch* WIR AGNOSTIKER, von Seite 51 bis auf Seite 59 Absatz oben.
 - 3. Höre dir die Fragen und Antworten des Sponsees vom *Leitfaden für Dummies* Seite 29 – 32 (Frage 6 – 13) an.
-

Aufgabe vor Meeting 11:

- A. Lies im AA Blauen Buch WIR AGNOSTIKER, von Seite 59 Absatz oben – Seite 66.
- B. Während du das BBE Arbeitsbuch von Seite 44 (Mitte) - 49 liest, schreibe diese ins AA Blaue Buch.
- C. Beantworte im *Leitfaden für Dummies* Seite 32 - 35 (Frage 14 – 20).

Meeting 11:

Datum _____

- 1. Triff dich mit deinem Sponsee und mache dasselbe wie das letzte Mal.
 - 2. Lies im AA Blauen Buch WIR AGNOSTIKER, von Seite 59 Absatz oben – Seite 66.
 - 3. Höre dir die Fragen und Antworten des Sponsees vom *Leitfaden für Dummies*, Seite 32 – 35 (Frage 14 – 20) an.
-

Aufgabe vor Meeting 12:

- A. Lies im AA Blauen Buch WIE ES FUNKTIONIERT von Seite 67-73 unten.
- B. Während du das BBE Arbeitsbuch von Seite 50-57 liest, schreibe diese ins AA Blaue Buch.
- C. Beantworte im *Leitfaden für Dummies* Seite 35 - 41 (Frage 1 – 21).

Meeting 12:

Datum _____

- 1. Triff dich mit deinem Sponsee und mache dasselbe wie das letzte Mal.
 - 2. Lies den Dritten Schritt im AA Blauen Buch WIR AGNOSTIKER, von Seite 67 - 73 unten (sollte 59 oben bis 66 unten sein.).
 - 3. Höre dir die Fragen und Antworten des Sponsees vom *Leitfaden für Dummies* Seite 35 - 41 (Frage 1 – 21) an. (Damit ist die Arbeit mit dem *Leitfaden für Dummies* beendet.)
 - 4. Macht gemeinsam euren Dritten Schritt.
-

Aufgabe vor Meeting 13:

- A. Wenn du das Vierte Schritt Vorlagen Paket noch nicht hast, dann lade es dir von dieser Seite herunter: [Google Drive Schritt 4-12 Arbeitsblätter](https://bigbookawakening.eu) (zukünftig auf <https://bigbookawakening.eu> zum Download)
- B. Kopiere folgende BBE Seiten
 - 30-50 Kopien des Groll Inventur von Seite 63 & 67
 - 10 Kopien der Angst Liste von Seite 72
 - 10 Kopien der Sex Inventur Seite von Seite 77 & 78
- C. Lies im AA Blauen Buch WIE ES FUNKTIONIERT, von Seite 73 unten – 77 bis A1 („...aber ist es Gift.“).
- D. Während du das BBE Arbeitsbuch von Seite 58, 59 oben, 64 und 65 liest, schreibe diese ins AA Blaue Buch.
- E. Schreibe eine Spalte 1 Liste so wie es im BBE Seite 59 erklärt wird – Personen, Institutionen und Prinzipien.

Meeting 13:**Datum** _____

1. Triff dich mit deinem Sponsee und besprich die Spalte 1.
 2. Lest im *AA Blauen Buch* die Seite 74 bis „Groll ist...“
 3. Hilf deinem Sponsee die Spalte 1 auf ein realistisches Maß einzugrenzen. Falls sie in Spalte 1 über 100 Einträge aufgelistet haben, versucht einige Einträge mit ähnlichen Themen zusammenzuführen um die Liste auf maximal 30-50 zu reduzieren.
 4. Geht die Seite 60 im *BBE* durch und zeige ihm wie wir eine Spalte 2 (Die Ursache) schreiben, so wie wir es in den Beispielen von Dan S sehen können.
 5. Gib ihm Kopien von Dan's und Tyla's Resentment Inventory Example Pack (auf Englisch) oder Schritt 4 Beispiel Paket (auf Deutsch)
 6. Besprich die Groll Inventur Seiten anhand der fertigen Beispiele.
 7. Zeig ihm, anhand der Beispiele, wie wir uns an die Kernaussage (Target) in Spalte 2 herantasten.
-

Aufgabe vor Meeting 14:

- A. Lies im *AA Blauen Buch* Seite 74 ab letzter Absatz „Groll ist...“ bis Seite 75 vor der Liste.
- B. Lies im *BBE Arbeitsbuch* Seite 60.
- C. Schreibe einen Namen oben auf jedes Groll Inventur Arbeitsblatt.
- D. Fülle eine Spalte 2 „Die Ursache“ aus, wie auf Seite 60 im *BBE*. Schreibe „Die Ursache“ oben auf eure Kopien, so wie es auf Seite 63 im *BBE* beschrieben wird (Stelle sicher, dass ihr die Kernaussagen (Targets) findet).

Meeting 14:**Datum** _____

1. Triff dich mit deinem Sponsee und geh mit ihm Spalte 2 durch – überprüfe es kurz.
 2. Beantworte alle Fragen die dein Sponsee hat.
 3. Lest Seite 74 (unten) – 76 (Mitte) im *AA Blauen Buch*.
 4. Zeige dem Sponsee wie du die ersten vier Punkte in der Spalte 3 auf den *BBE* Seiten 61, 62 und 63 bearbeitest (Selbstachtung, Stolz, Ehrgeiz und Sicherheit).
 5. Fülle ein paar Beispiele mit ihm aus und kläre ab, dass er alles verstanden hat und es ihm klar ist wie er es machen soll. Verwende das Paket mit den Beispielen.
-

Aufgabe vor Meeting 15:

- A. Vervollständige die ersten 4 Bereiche in Spalte 3 (Selbstachtung, Stolz, Ehrgeiz und Sicherheit) auf deinen Groll Inventur Seiten. So wie es im *BBE* auf Seite 61, 62 und 63 beschrieben wird und gemäß der Beispiele deines Sponsors.
- B. Während ihr das *BBE Arbeitsbuch* von Seite 68-69 lest, schreibt diese ins *AA Blaue Buch*. (Fangt an aus Seite 77 oben „Wir wandten uns wieder der Liste zu...“ bis zur Mitte der Seite 78 unten „Angelegenheiten in Ordnung zu bringen.“).

Meeting 15:**Datum** _____

1. Triff dich mit deinem Sponsee und besprecht die ersten 4 Punkte in der Spalte 3. (Klärt es mit ihnen ab).

2. Zeige ihm wie ihr die unteren 3 Punkte in der Spalte 3 (Persönliche Beziehungen, Sexuelle Beziehungen und Finanzen) bearbeitet.
 3. Zeige ihm wie wir die **Erkenntnis** aufschreiben. Klärt ab, dass er es wirklich versteht. Schreibt ein paar gemeinsam auf.
 4. Zeige ihm die Beispiele aus dem Packet.
-

Aufgabe vor Meeting 16:

- A. Fülle alle 3ten Spalten und die Erkenntnisse fertig aus.

Meeting 16:

Datum _____

1. Triff dich mit deinem Sponsee und besprecht die Spalte 3 und die Erkenntnisse.
 2. Lest im AA Blauen Buch Seite 76 (Mitte) bis 78 unten (Was bis jetzt noch nicht gelesen wurde.)
 3. Zeige ihm wie ihr die Spalte 4 in der Groll Inventur arbeitet, so wie es auf Seite 66 & 67 des BBE beschrieben wird.
 4. Schreibe mit ihm ein paar Beispiele – und klärt ab, dass er es richtig verstanden hat, auch die Schäden.
-

Aufgabe vor Meeting 17 (benötigt eventuell eine zusätzliche Woche):

- A. Beende deine gesamte Spalte 4 (auch die Schäden) so wie es auf Seiten 66 & 67 im BBE beschrieben wird.
- B. Lies im AA Blauen Buch von Seite 78 „Beachten Sie, dass in unserer Tabelle das Wort „Angst“ in Zusammenhang mit den Schwierigkeiten mit Herrn Meier“ ... „bis Seite 79 „aus der Angst herauszuwachsen.“.
- C. Trage beim Lesen die BBE Seiten 73, 74 und 75 in dein AA Blaues Buch Seite 78 & 79 ein.
- D. Klebt 2 Angst Listen seitlich zusammen, dann habt ihr 12 Spalten und nicht nur 6 Spalten.
- E. Schreibt 10 Ängste in die erste Spalte und fragt euch dabei:
„Habe ich auch die entgegengesetzte Angst?“
- F. Wenn ihr auch die entgegengesetzte Angst habt, dann tragt sie in die Angst Liste direkt unter der ursprünglichen Angst ein.

Beispiel:

Versagen			
Gewinnen			

Meeting 17:

Datum _____

1. Triff dich mit deinem Sponsee und gehe mit ihm Spalte 4 durch – klärt ab, dass alles vollständig ist.
2. Lies Seite 78 & 79 im AA Blauen Buch „Angst“ mit ihm.

3. Besprecht Seite 70, 71 & 72 im BBE Arbeitsbuch.
 4. Zeige ihm wie die Angst Liste im BBE zu machen ist. Schreibe ein paar Ängste mit ihnen gemeinsam in ihre Angst Liste.
 5. Erkläre wie die meisten Ängste aus der Spalte 3 der Groll Inventur zu übernehmen sind. Erinnere sie, dass sie auch jeweils die entgegengesetzte Angst mit überlegen sollen. (Das Gegenteil der Angst vor Versagen ist die Angst vor Erfolg). Denkt auch an Ängste, die nicht auf der Groll Inventur aufgetaucht sind.
-

Aufgabe vor Meeting 18:

- A. Stelle die Angst Liste fertig so wie es auf Seite 70-72 im BBE beschrieben ist.
- B. Lies im AA Blauen Buch von Seite 79 von „Hier ein Wort zum Thema Sexualität“ bis Seite 82.
- C. Trage die BBE Seiten 79 - 82 beim Lesen in dein AA Blaues Buch Seite 78 (unten) - 82 ein.
- D. Schreibe eine Liste deiner Beziehungen
(Bei der ersten Runde durch die Schritte schreibe nur deine wichtigsten Beziehungen auf.)
- E. Schreibe jeden Namen auf ein eigenes Sex Inventur Blatt, so wie es auf Seite 77 des BBEs beschrieben wird.

Meeting 18:

Datum _____

(Benützt Beispiele zur Sex Inventur und für das Sex Ideal aus dem Schritt 4 Beispiel Packet)

1. Triff dich mit dem Sponsee und besprecht seine Angst Liste.
 2. Lies Seite 78 (unten) - 82 das AA Blauen Buchen (Sex Inventur) mit ihm.
 3. Zeige ihm wie die Sex Inventur im BBE Seite 77 - 78 zu machen ist.
 4. Besprich seine Sex Inventur Liste mit ihm, damit er mit einer Liste nach Hause gehen kann..
 5. Schreibt ein paar Beispiele auf.
 6. Erklärt wie das Sex Ideal zu schreiben ist, so wie es auf Seite 80 & 81 im BBE beschrieben wird.
 7. Vereinbare einen Termin für den Fünften Schritt mit ihm. (Bedarf ev. einer zusätzlichen Woche)
-

Aufgabe vor Meeting 19:

- A. Vervollständige die Sex Inventur Blätter, so wie es auf Seiten 77 & 78 im BBE beschrieben wird.
- B. Schreibe das Sex Ideal so wie es in den Beispielen und auf Seite 80 & 81 im BBE beschrieben wird.
- C. Lies in deinem AA Blauen Buch Seite 83-87 (Fünfter Schritt)
- D. Beim Lesen der BBE Seiten 83 - 85 trage dies in dein AA Blaues Buch ein.
- E. Wenn alles fertig ist, mache deinen Fünften Schritt mit deinem Sponsor/Schritte Begleiter.
- F. Nach dem 5ten Schritt und der Stillen Stunde Zuhause trage BBE Seite 86 in dein AA Blaues Buch ein.

Meeting 19 (Fünfter Schritt):

Datum _____

1. Triff dich mit deinem Sponsee.
 2. Lest Seite 83 – 87 (Mitte) (Fünfter Schritt) im AA Blauen Buch.
 3. Frag ihn ob er noch Themen hat, die er „mit ins Grab nehmen“ will.
 4. Wenn ihr fertig seid, lasse ihn die Versprechen auf Seite 75 lesen.
 5. Erkläre ihm wie er den Sechsten Schritt machen kann, so wie beschrieben auf Seite 87 des AA Blauen Buches „Nach Hause zurückgekehrt...“.
 6. Wenn du willst, besprich Seite 87 – 89 des BBE aber erkläre, dass er keine Liste für den Sechsten Schritt machen soll – sprich über Mängel und die Natur von Mängeln.
 7. Lest die Deutsche oder Englische Transkription von Dan's Sechstem und Siebten Schritt und spricht über Mängel und die Natur von Mängeln oder ich lasse ihn die CD / Audio Datei anhören.
-

Aufgabe vor Meeting 20:

- A. Gehe nach Hause und höre Dan's CD / Audio Datei zum Sechsten und Siebten Schritt an, oder lies das Transkript vom Sechsten und Siebten Schritt.
- B. Dann mache den Sechsten und siebten Schritt, so wie es im unten angefügten Arbeitsblatt von Dan's Sechstem und Siebten Schritt gezeigt wird.

Schritt 6 & 7 – Transkript Dan's Audio Datei

Beginne damit, die „Versprechen“ von Seite 97 des AA Blauen Buches zu lesen.

(Sechster Schritt...Sage ihm nicht, dass er erst zum Siebten Schritt gehen kann, wenn er den Sechsten Schritt fertig gemacht hat.)

Überprüfung der 4. Spalte... „Meine Fehler“ Diese Überprüfung soll deine Erinnerung auffrischen:

Wie war mein Verhalten?

1. Ich schaue mir an wie ich mich verhalten habe.
2. Ich erkenne an, dass ich, allein auf meine Kraft gestützt, nicht in der Lage war es besser zu machen.
3. Ich frage mich: „Bin ich bereit mich damit an Gott um Hilfe zu wenden?“
4. Wenn ich mich noch voller Groll an einem Verhalten festhalte, dann markiere ich es (*).

Denke daran; Es geht darum um Hilfe zu fragen...es geht darum frei sein zu wollen...es geht darum bereit zu sein sich mit Allem an Gott zu wenden!

* (Wenn du mit deiner Meditation fertig bist, und dich noch an irgendetwas festhältst, dann rufe deinen Sponsor an)

Sponsor....stelle die folgenden Fragen:

1. Gibt es etwas an dem du noch festhältst?
2. Gibt es etwas bei dem du nicht bereit bist, dich an Gott um Hilfe zu wenden?

- Wenn es da etwas gibt, kannst du nicht zum Siebten Schritt weitergehen, bevor wir nicht darüber gesprochen haben.

(Sprich mit deinem Sponsee über das was er beanstandenswert findet.

Frage ihn ob er wirklich glaubt, dass es OK ist so weiter zu leben wie bisher?)

- **Erinnere ihn daran, dass solange er daran festhält, er nicht bereit ist sich an Gott um Hilfe zu wenden.**

- C. Trage die BBE Seiten 88 und 89 beim Lesen in dein AA Blaues Buch Seite 87 und 88 ein.
- D. Wenn du mit dem gesamten Siebten Schritt fertig bist, nimm Kontakt mit deinem Sponsor auf, um die nächste Aufgabe zu besprechen. (In Person oder per Telefon).
- E. Besprich BBE Seite 90 mit ihm.
- F. Lasse den Sponsee eine Liste erstellen (von eurem Vierten Schritt. Im Gebet lasse ihn fragen ob es noch jemanden für den Vierten Schritt gibt) so wie es auf Seite 90 im BBE steht.
- G. Lasse ihn die Karten beschriften,
- H. Mache die +/- Meditation.
- I. Lest Seite 88 – 97 (Mitte) aus dem AA Blauen Buch.
- J. Trage die BBE Seiten 91-95 in deinem AA Blaues Buch ein.

Meeting 20:

Datum _____

1. Triff dich mit deinem Sponsee.
2. Lest auf Seite 88 – 97 (Mitte) den Neunte Schritt im AA Blauen Buch.
3. Gehe noch mal Seite 90 im BBE mit ihm durch.
4. Besprecht die Karten gemeinsam, so wie es auf Seite 90 im BBE beschrieben wird.
5. Ordnet sie den richtigen Stapeln zu, so wie im BBE beschrieben.

Mark sagt: „Wie viel Freiheit willst du haben?“

6. Jetzt gehe hinaus und mache deine Wiedergutmachungen
-

Aufgabe vor Meeting 21 (Schritt 10)

(Du kannst 10 & 11 zusammen machen wenn du willst):

- A. Lies im AA Blauen Buch die Seiten 97 - 99 zum Zehnten Schritt.
- B. Trage die Seiten 96 – 98 aus dem BBE in dein AA Blaues Buch ein.

Meeting 21:

Datum _____

1. Triff dich mit deinem Sponsee.
 2. Lest den Zehnten Schritt im AA Blauen Buch von Seite 97 – 99.
 3. Sprecht darüber, wie wir leben und dabei unseren Zehnten Schritt praktizieren.
 4. Wenn es möglich ist, lasse ihn die CD von Mark Houston über den Zehnten und Elften Schritt anhören und Dan Sherman zum Zehnten und Elften Schritt (www.bbaworks.com)
-

Aufgabe vor Meeting 22 (Elfter Schritt):

- A. Lies im AA Blauen Buch die Seite 99 – 102.
- B. Trage die Seiten 99-101 aus dem BBE in dein AA Blaues Buch ein.

Meeting 22:**Datum** _____

- 1. Triff dich mit deinem Sponsee.
 - 2. Lest gemeinsam den Elften Schritt von Seite 99 – 102 in eurem AA Blauen Buch.
 - 3. Sprecht darüber, wie wir den Elften Schritt praktizieren.
 - 4. Geht noch einmal die Anweisungen im BBE Seite 102 durch.
-

Aufgabe vor Meeting 23:

- A. Lest den Zwölften Schritt „Die Arbeit mit Anderen“ im AA Blauen Buch Seite 103 – 120.
- B. Trage die Seiten 103 – 112 aus dem BBE in dein AA Blaues Buch ein.
- C.

Meeting 23:**Datum** _____

- 1. Triff dich mit deinem Sponsee und lest „DIE ARBEIT MIT ANDEREN“.
- 2. Schicke ihn hinaus um das weiterzugeben, dass ihm so großzügig gegeben worden ist.

Gott Segne Dich