

AL – ANON PAŽADAI

1. Mes tapsime brandžiais, atsakingais individais, sugebančiais džiaugtis, jausti pilnatvę bei pasigėrėjimą. Galbūt mes niekada nebūsime tobuli, tačiau nuolatinis dvasinis tobulėjimas padės mums atskleisti didžiulį savo potencialą.
2. Mes atrasime, kad esame verti meilės – tiek mylėti, tiek būti mylimi. Mes galėsime mylėti kitus nepraradami savęs bei išmoksime priimti kitų meilę.
3. Mūsų mąstymas, kažkada tapęs miglotas ir painus, taps aiškus ir mes galėsime suvokti realybę ir pažinti tiesą.
4. Drąsa ir bičiulystė pakeis baimę. Mes sugebėsime rizikuoti, patirti nesėkmę, bandydami išvysti paslėptus talentus.
5. Mūsų gyvenimai, nepaisant kokie suniokoti ir sužaloti, skleis viltį kitiems.
6. Mes pradėsime jausti, išmoksime pažinti mūsų emocijų beribiškumą, tačiau nebūsime jų vergai.
7. Mūsų paslaptys nelaikys daugiau mūsų gėdoje.
8. Kai sugebėsime atleisti savo šeimynykščiams, pasauliui ir sau, mūsų pasirinkimų ratas išsiplės.
9. Oriai sugebėsime atstovėti save, tačiau nebūdami priešiška nusiteikę prieš bičiulius.
10. Ramybė ir taika užims svarbią vietą mūsų gyvenime, kadangi tiek savo, tiek kitų gyvenimams leisime tekėti sava vaga su Dievo palaima, pusiausvyra ir dėkingumu.
11. Daugiau nebūsime išsigandę ir atrasime, kad esame laisvi gėrėtis gyvenimo paradoksais, paslaptinumu ir pagarbia baimė.
12. Juoksimės kur kas daugiau.
13. Baimę pakeis tikėjimas, o suvokus, kad mūsų Aukštesnė Jėga daro už mus tai, ko mes nepajėgiame, savaime atsiras dėkingumas.