



性与爱上瘾无名会的十二步骤*

性与爱上瘾无名会的(S.L.A.A.)

1. 我们承认自己无力控制性与爱上瘾 - 我们已经无法管理自己的生活。
2. 我们开始相信有一个比我们自身更强大的力量使我们得以重新恢复清醒。
3. 我们决定把意志和生命交付给我们所了解的神手上。
4. 对自己做一次内在的追寻和无畏的道德盘点。
5. 对神、我们自己和其他人承认我们错误的本质所在。
6. 完全做好准备，让神来协助祛除所有品格上的缺失。
7. 谦卑地请神祛除我们的缺点。
8. 列出一个曾经被我们伤害过的所有人的名单，然后愿意弥补他们。
9. 用直接的方式弥补曾被我们伤害过的人，除非这样做会伤及他们或其他人
10. 持续进行道德盘点，发现错误时，立刻承认。
11. 透过祈祷和静心，与神有意识的接触；祈求知识，让我们了解神对我们的旨意；祈求力量，让我们以行动来贯彻。
12. 完成十二步骤、获得心灵的觉醒之后，我们会努力把这个消息传递给其他性与爱上瘾者，并且在我们的生活中的各个方面都持续践行这些原则。

*©1985 The Augustine Fellowship, S.L.A.A., Fellowship-Wide Services, Inc. 版权所有。 这重印与改写的12步骤是得到戒酒无名会世界性组织的授权。此重印或改写的授权并不代表戒酒无名会替这个计划背书。戒酒无名会本身仅代表酒精上瘾者的复原计划。在AA之后於其他计划或活动中使用，并延伸12步骤的，只能够论及它们的特定问题，不能暗示。

戒酒无名会：十二个步骤

1. 我们承认我们无能为力对付酒精，而我们的生活已变得不可收拾。2. 开始相信有一个比我们本身更大的力量，这个力量能恢复我们心智健康和神智清明。3. 作出一个决定，把我们的意志和我们的生活，托付给我们所认识的上苍。4. 作一次彻底和无惧的自我品格检讨。5. 向上苍、向自己、向他人承认自己过错的本质。6. 要完全准备让上苍除去自己一切人格上之缺点。7. 谦逊地祈求上苍除去我们的缺点。8. 列出一份所有我们所伤害过的人的名单，并使自己甘愿对这些人作出补偿。9. 尽可能的话，直接补偿他们，除非这样做会伤害他们或其他人。10. 继续经常自我检讨，若有错失，要迅速承认。11. 透过祷告与默想，增进我们与自己所认识的上苍有自觉性的接触，只祈求认识祂对我们的旨意，并祈求有力量去奉行祂的旨意。12. 实行这些步骤的结果是在完成十二步骤获得精神上的觉醒之后，我们设法把这个讯息带给酒瘾患者，并在我们一切日常生活事物中，去实践这些原则。

更多中文信息，请浏览S. L. A. A. 网站: <https://slaafws.org/chinesesim/>