



UN ALTRO STILE DI VITA! BENVENUTI

Signore concedimi la serenità.....

Emotivi Anonimi (EA) è un'associazione di persone di ogni età e provenienza, che si riuniscono insieme per condividere esperienze personali e speranza, mentre lavoriamo per il recupero da varie difficoltà emotive.

Impariamo a vivere un nuovo stile di vita

usando i Dodici Passi del programma per aiutarci a trovare la serenità e la pace della mente.

Tutti sono benvenuti a partecipare alle riunioni EA.

L'unico requisito per essere membri di EA è il desiderio di stare bene emotivamente.

EA potrebbe avere proprio ciò di cui hai bisogno in questo punto della tua vita.

Potresti essere sorpreso di incontrare qui molte persone felici, sane e ben adattate, eppure nessuno ha partecipato prima a una riunione perché lui o lei era felice!

Alcune persone sono venute a EA perché la loro vita era semplicemente disagevole e stavano cercando un cammino migliore.

Altri erano nella disperazione più profonda, sotto terapia o forse ricoverati in ospedale.

Quello che tutti i membri hanno in comune è che questo programma funziona per cambiare la loro vita.

Il nostro programma ha fatto miracoli nella vita di molti che soffrono di problemi emotivi come rabbia e risentimento eccessivo, depressione, bassa autostima, senso

di colpa, dolore, ansia, pensieri ossessivi e negativi, panico, fobie e comportamenti compulsivi.

In qualità di Associazione anonima, la riservatezza dei nostri membri è sempre rispettata. Dipende esclusivamente da noi cosa scegliamo di raccontare agli altri della nostra vita privata.

Questo anonimato ci dà anche la libertà di condividere i nostri pensieri e sentimenti più intimi alle riunioni, perché ciò che viene detto non deve essere ripetuto a nessun altro.

Ogni partecipazione alle riunioni EA è volontaria. Nessuno è tenuto a parlare o a dare informazioni personali. Tuttavia, se noi lo desideriamo, possiamo condividere le nostre esperienze personali e i nostri sentimenti e come usiamo il programma che EA offre, in un ambiente di gruppo cordiale ed accogliente nel quale condividere senza paura di essere criticati.

Attraverso le riunioni settimanali scopriamo che non siamo soli nelle nostre lotte, e troviamo persone premurose che ci sostengono nel nostro recupero.

Nelle nostre riunioni non discutiamo di religione, politica, questioni nazionali o internazionali, o di altre fedi perché EA non ha

nessuna opinione su qualsiasi questione esterna.

Evitiamo di discutere i problemi degli altri o di lamentarci delle persone presenti nelle nostre vite. Discutiamo solo il programma EA.

Spetta ai singoli membri determinare quale percorso di azione può o non può essere appropriato per loro, per quanto riguarda qualsiasi credo religioso, terapia, farmaci o problemi di salute mentale.

Emotivi Anonimi non è un servizio medico o psichiatrico, né fornisce consulenza personale o familiare. Le nostre riunioni sono condotte da membri EA, non professionisti.

I professionisti del servizio medico, sociale o religioso non guidano le riunioni, ma possono frequentare e partecipare come simpatizzanti di EA al pari degli altri.

La leadership nelle riunioni di gruppo viene assunta a rotazione. La funzione del leader è solo quella di condurre la riunione, non per esercitare qualsiasi tipo di autorità o competenza.

Come programma spirituale, c'è un'enfasi su un Potere Superiore personale, un potere più grande di noi stessi, a cui possiamo rivolgerci nelle nostre vite. Ognuno ha la

scelta personale di cosa possa essere questo potere.

Il programma di EA funziona per coloro che hanno fedi religiose di vario tipo formale o per quelli senza nessun credo religioso.

Emotivi Anonimi è un'associazione no-profit sostenuta dalle contribuzioni volontarie dei suoi membri.

Non viene accettato nessun sostegno finanziario da fonti esterne. Le donazioni vengono raccolte ad ogni riunione per coprire le spese per il mantenimento della nostra associazione.

Questo programma ha aiutato migliaia di persone da quando è stato fondato nel 1971 negli Stati Uniti d'America.

Oggi Emotivi Anonimi può essere trovato anche in Europa, in Italia e in molti altri paesi. Noi speriamo che darai a questo programma una possibilità di essere utile per te frequentando le nostre riunioni.

Noi suggeriamo di frequentare diverse riunioni prima di decidere se Emotivi Anonimi può darti il supporto e l'aiuto che potresti cercare.

*Per ulteriori informazioni
visionate il nostro sito:
emotivianonimi.org*

Preghiera della serenità

*Signore, concedimi la serenità di
accettare le cose che non posso cambiare,
il coraggio di cambiare quelle che posso
e la saggezza di conoscerne la differenza.
Dammi la pazienza per i cambiamenti*

*che richiedono tempo,
la gratitudine per tutto ciò che ho,
la tolleranza per coloro che sono differenti
e la forza di rialzarmi e di tentare
ancora, solo per oggi.*

*Letteratura approvata da Emotion Anonymous.
Copyright EA International
tradotto e stampato in occasione del
2° Convegno Nazionale - Rimini
21-22 settembre 2019*



Edizione Emotions Anonymous

copyright: Emotions Anonymous P.O. Box 4245
St. Paul, Minnesota 55104-0245 - U.S.A

Tutti i diritti sono riservati nessuna parte di questo libro può essere riprodotta o trasmessa, sotto alcuna forma, o tramite alcun mezzo: meccanico, elettronico od altro, compresa la riproduzione fotostatica, la registrazione o attraverso alcun sistema di raccolta dati e riproduzione senza previa ed espressa autorizzazione scritta da parte dell'editore.