

# Välkomna till det här **A.R.T.S-mötet!**

Jag heter ..... och är.....

Jag påminner om att trycka på "mute" om man har ljud runt sig som kan störa mötet.

Nu ber vi sinnesrobönen tillsammans, i jag-form

Nu låter jag ordet gå runt för en kort **presentationsrunda** så att alla på mötet får presentera sig med förnamn.

Finns det någon **nykomling** på mötet? Då är du/ni extra välkommen.  
Vem vill erbjuda sig att stanna kvar efter mötet och ta en stund att svara på eventuella frågor och dela med sig av sin erfarenhet av programmet?

**A.R.T.S. Anonymous** (Konstnärer och artister som tillfrisknar genom de tolv stegen) är en gemenskap för konstnärer och artister som delar sin erfarenhet, styrka och hopp med varandra för att tillfriskna från våra gemensamma problem och för att hjälpa andra att överlämna sig till sin kreativitet. Det enda kravet för medlemskap är en önskan om att uppfylla vår kreativa potential.

Det finns inga inträdes- eller medlemsavgifter. Vi är självförsörjande **genom** egna frivilliga bidrag. A.R.T.S. Anonymous har ingen anknytning till någon religion, politisk organisation eller institution. Vi deltar inte i offentliga debatter och framträder varken som förespråkare för eller motståndare till något annat. Vårt främsta syfte är att uttrycka våra kreativa talanger och att hjälpa andra att uppnå konstnärlig frihet.

Vem vill läsa **Mötesetikett och attityder?**

Finns det några meddelanden till gruppen?

Läs de **12 Stegen**

Vem vill läsa ett Karaktärsdrag, en Förmåga och ett Verktyg efter månadens nummer.  
Alla grundtexterna finns att läsa på hemsidan.

**Är det någon som vill höra någon mer text?**

T.ex. finns Undvikandets anorexia, Att gå emot undvikandet,  
Steg ett, Maktlös inför, 12 Förmågor ...

Nu är det tid för delning: vi har ... minuter var  
(dela upp tiden lika och spara 5 min för avslut)  
Detta möter slutar kl... och jag säger till när det det är 5 minuter kvar

## AVSLUTNING AV MÖTET

Vem vill läsa A.R.T.S. **Avslutningstext**?

Jag påminner om **12:e Traditionen**: att vi är anonyma. Det vi hör här stannar här.

Vi har inga avgifter men vi har utgifter för bl.a. hemsidan, därför har detta möte ett kontonummer där du kan sätta in pengar. Det är Nordea [3049-22 58 929](https://www.nordea.se/3049-22-58-929)  
Du kan också swisha till [0733-818979](https://www.swish.se/0733-818979). Märk betalningen med A.R.T.S.  
Finns det någon som kan leda mötet nästa gång?

Nu ber vi sinnesrobönen tillsammans.

## A.R.T.S. Avslutningstext

Till slut vill jag säga att hur långt vi än kommit från vår kreativa källa, hur länge sedan det än var som vi hade kontakt med vår kreativitet, eller hur svaga våra kreativa impulser än kan verka, så väcks de till liv i vår högre krafts takt, genom det här programmet och genom våra handlingar, oavsett hur små eller enkla, en dag i taget. Jag kanske inte kan se min egen tillväxt, eller att det jag skapar är vackert, men jag kan se din tillväxt och det du skapar, hur det inspirerar och berikar mig på det känslomässiga, andliga och fysiska planet.

Vi tillfrisknar inte för att dölja vår begåvning, vår kreativitet är en gåva. För att fira och värdesätta dessa gåvor, ägnar vi oss ödmjukt åt dem, ibland genom konstnärligt arbete, ibland genom att leka. A.R.T.S. lär oss att vår konst, när vi värdesätter den, först och främst kommer att ge näring till och berika våra sjäsliv, därefter andras, för andra människor hungrar lika mycket efter denna skönhet som efter mat. Vi möts här tillsammans för att ge näring åt denna djupare hunger.

## **Mötesetikett och attityder:**

För att kunna dela i enighet och sinnesro är det viktigt att:

1. Vi följer mötets tidsstruktur. Vi begränsar vår delning till de begränsningar som gruppssamvetet har bestämt.
1. Vi är inte här för att imponera, tävla eller jämföra oss med varandra. Vi avstår från att säga namnet på berömda personer som vi känner. Vi dömer inte, kritiserar inte och diskuterar inte.
2. När vi talar delar vi med oss av vår erfarenhet, styrka och hopp.
3. Vi främjar en attityd av ovillkorlig respekt för varje individs kreativitet.