

Stap 5 Overdenkingen

Deze vragen worden voorgesteld aan sponsors/getuigen van de 5e Stap om aan de persoon in kwestie te vragen:

- 1) Zie je wat er verwerpelijk is aan deze interactie (gedrag, egoïsme, houding, angst, enz)?
- 2) Zie je dat je op eigen kracht je niet anders had kunnen gedragen?
- 3) Zie je gedrag of wrok waar je je nog steeds aan vastklampt en niet wil loslaten?

Stap 6 Overdenkingen

Terwijl ik elke inventaris op een meditatieve manier bekijk, vraag ik mezelf de volgende overdenkingen:

- 1) Kan ik zien wat er verwerpelijk is aan deze interactie (mijn gedrag, houding, egoïsme, enz)?
- 2) Kan ik zien dat ik op eigen kracht me niet anders had kunnen gedragen of iets anders had kunnen doen?
- 3) Is er iets waar ik me aan vastklamp dat ik niet wil loslaten?
- 4) Ben ik bereid me tot God te wenden voor hulp met al deze dingen die ik vanaf nu verwerpelijk vind?

NOTITIE: Als je je vastklampt, bid dan voor de bereidwilligheid! Als je je nog steeds vastklampt, doe dan geen Stap 7 gebed voordat je met je sponsor hebt gesproken.

Tyla's uitleg van Stappen 6 & 7

- Zoek een rustige plek waar je een uur alleen kan zijn (Bijv: niet Starbucks).
- Leg je inventarissen voor je neer: Wrok > Angst > Seks. (Begin met wrok)
- Kies er een uit, bekijk de voor en achterkant, leg hem neer. Let op JOUW rol in de wrok, bijvoorbeeld: kolom 4, en wat ik aan God overdraag.
- Op een meditatieve manier: Stel de 4 bovenstaande vragen, herhaal dit voor elke inventaris.
- Lees aan God voor wat er in de 1^e kolom van de angst inventaris staat. Vraag Hem in je hart om deze angst van je weg te nemen en het geen macht over jouw leven te geven. Zeg hierna een gebed.
- Herhaal dit met de Seks Inventarissen.
- Lees jouw Seks Ideaal aan God voor.
- Stel je de triomfboog voor
 - Het Cement – blz 19 – Ons gezamenlijke probleem/oplossing.
 - De Hoeksteen - blz 52 – Bereidheid om te geloven in een Macht die groter is dan ikzelf.
 - De Sluitsteen – blz 70 - God is de Regisseur en ik ben Zijn acteur. Hij is de Opdrachtgever en ik ben Zijn vertegenwoordiger. Hij is de Vader en ik ben Zijn kind. Hij leidt de show.
- Stel je voor dat je door de Triomfboog loopt om nu bij God te zijn.

*Mijn Schepper, ik ben nu bereid me helemaal aan U te geven, GOED EN SLECHT.
Ik bid dat U ieder karaktergebrek, dat mijn bruikbaarheid
voor U en mijn medemensen in de weg staat, nu van me wegneemt.
Geef me de kracht om, als ik vanaf dit punt verderga, U te gehoorzamen. Amen.”
(Bladzijde 85 in het Big Book - 7^e Stap gebed)*