

Überlegungen zu Schritt Fünf

Fragen, die Sponsor:innen oder Schritt Fünf Sponsor:innen vorgeschlagen werden, um sie einer Person zu stellen:

- 1) Erkennst du, was an dieser Interaktion zu beanstanden ist (Verhalten, Egoismus, Einstellung, Angst usw.)?
- 2) Erkennst du aus eigener Kraft, dass du dich nicht anders hättest verhalten können?
- 3) Erkennst du Verhaltensweisen oder Groll, an den du immer noch festhältst und den du nicht loslassen willst?

Überlegungen zu Schritt Sechs

Wenn ich jede Inventur auf kontemplative Weise prüfe, stelle ich mir folgende Überlegungen:

- 1) Erkenne ich, was an dieser Interaktion anstößig ist (mein Verhalten, meine Einstellung, mein Egoismus usw.)?
- 2) Erkenne ich aus eigener Kraft sehen, dass ich mich nicht anders hätte verhalten oder anders machen können?
- 3) Gibt es etwas, woran ich mich klammere und das ich nicht loslassen möchte?
- 4) Bin ich bereit, mich von nun an bei all diesen Dingen, die ich anstößig finde, an Gott um Hilfe zu wenden?

HINWEIS: Wenn du noch festhältst, beten für deine Bereitschaft! Wenn du immer noch festhältst, beten und gehe nicht in Schritt Sieben, bis du mit deiner/m Sponsor:in gesprochen hast.

Tylas Lösungsweg zu den Schritten Sechs und Sieben

- Ich suche mir einen ruhigen Ort, an dem ich eine Stunde allein sein kannst (d. h. nicht bei Starbucks).
- Ich gehe innerlich durch meine Groll Inventur durch: Groll > Angst > Sex. Beginne mit Groll.
- Ich wähle mir ein Blatt aus und werfe einen Blick auf Vorder- und Rückseite und leg die Liste dann weg. Ich untersuche MEINE Rolle in Bezug auf den Groll, z. Spalte 4, und was ich Gott übergeben kann.
- Meditativer Ansatz: Ich stelle mir die oben genannten 4 Fragen und wiederhole diese Fragen für jedes einzelne Groll Blatt.
- Ich lese Gott die 1. Spalte meiner Angst Liste vor. Ich bitte Ihn in meinem Herzen, mir diese Angst zu nehmen und ihr keine Macht über mein Leben zu geben. Ich spreche ein Gebet.
- Wiederholen dies mit der Sex Inventur
- Ich lese Gott mein Sex-Ideal vor
- Ich stelle mir den Torbogen vor
 - o Der Zement - Unser gemeinsames Problem/Lösung
 - o Der Grundstein –Bereitschaft, an eine Macht zu glauben, die größer ist als ich
 - o Der Schlussstein — Gott ist der Regisseur, ich bin sein Agent, er leitet die Show
- Ich stelle mir vor, wie ich durch den Bogen gehe, um jetzt bei Gott zu sein

„Mein Schöpfer, ich bin jetzt bereit, dass Du alles von mir haben solltest, GUT UND BÖSE. Ich bete darum, dass Du jetzt von mir jeden einzelnen Charakterfehler entfernst, der im Wege steht meine Nützlichkeit für Dich und meine Gefährten zu leben. Gib mir Kraft, wenn ich von hier hinausgehe, um DEINEN Willen zu tun. Amen.“

Seite 87 des Blauen Buches (7. Schritt Gebet)