

## مرحله 5

"به خدا، خودمان و یک انسان دیگر اعتراف می کنیم

ماهیت دقیق خطاهای ما."

چرا ما این مرحله را برمی داریم:

اگر از این مرحله حیاتی بگذریم، ممکن است بر اعتیاد خود غلبه نکنیم. ما باید کامل باشیم - اگر امیدواریم در این دنیا طولانی زندگی کنیم یا خوشحال باشیم، با کسی صادق باشیم (صفحه 72).

این مرحله را با چه کسانی انجام می دهیم:

حتی اگر هیچ ارتباط مذهبی نداشته باشیم، باز هم می توانیم از صحبت کردن با کسی که توسط یک دین ثابت تعیین شده است، سود ببریم. ما اغلب متوجه می شویم که چنین فردی سریع مشکل ما را می بیند و درک می کند. در اینجا از همه خوش آمدید، آنها آزادند که کاملاً محرمانه صحبت کنند، و دوباره در انجام این مرحله، مانند بقیه، به همان روشی که بقیه گروه انجام می دهند، متحد می شوند.

به یاد داشته باشید:

1) در تلاش برای دوری از این تجربه تحقیرآمیز، به موارد بیشتری متوسل شده اند

آسان آنها تقریباً همیشه به اعتیاد خود بازگشتند.

2) از خدا بخواهید که به شما کمک کند به یاد آورید و بخواهید صادق باشید.

3) موارد مهمی را که به آنها افتخار نمی کنید و نمی توانید بنویسید

با هیچکس دیگر بحث نکن

1. قدم خود را با گفتن "اسم من است و من به دلیل خودخواهی و خود محوری ام (ماهیت دقیق اشتباهات ما) به ترس،

رنجش یا مشکلات جنسی واکنش خوبی نشان نمی دهم، شروع کنید.

2. 3. 4. 5. 6. 7. 8.

صفحه 1 از 2

پس از تکمیل:

اکنون زمان آن است که مکانی را پیدا کنیم که بتوانیم یک ساعت در آن ساکت باشیم و با دقت بررسی کنیم.

دو برابر کاری که انجام داده ایم ما از صمیم قلب خدا را شکر می کنیم که او را بهتر می شناسیم. با در نظر گرفتن دقیق

پنج مرحله اول، می پرسیم که آیا چیزی را حذف کرده ایم، زیرا ما

ما در حال ساختن قوسی هستیم که در نهایت به عنوان مردان آزاد از آن عبور خواهیم کرد (صفحات 75-76). 1.

"اعتراف کنید که ما نسبت به الکلیسم ناتوان هستیم - که

زندگی ما غیر قابل کنترل شده بود.» اما \_\_\_\_\_

2. «ما به این باور رسیدیم که قدرتی بزرگتر از ما می تواند به حیات خود ادامه دهد.

ما را به سلامتی فتح کن.» اما \_\_\_\_\_

3. «ما تصمیم می گیریم که اراده و اراده خود را ارائه کنیم

همانطور که ما آن را درک کردیم، در مراقبت از خدا زندگی می کند.» اما \_\_\_\_\_

4. "ما یک فهرست اخلاقی جستجوگر و بی باک از خودمان تهیه کردیم."

اما \_\_\_\_\_

5. «خدا، خود و شخص دیگری را بپذیریم

ماهیت دقیق خطاهای ما.» اما \_\_\_\_\_

الف) آیا کار ما تاکنون محکم است؟ اما \_\_\_\_\_

ب) آیا سنگ ها به درستی در جای خود قرار گرفته اند؟ اما \_\_\_\_\_

ج) آیا سیمانی که در فونداسیون قرار داده شده است را کم کرده ایم؟ اما \_\_\_\_\_

د) آیا سعی کرده ایم ملات بدون ماسه بسازیم؟ اما \_\_\_\_\_

اگر بتوانیم به رضایت خود پاسخ دهیم، به مراحل شش و هفت نگاه می کنیم.

