

ЗАНЯТИЕ 14

Пятый шаг

Мы признали перед Богом, собой и каким-либо другим человеком истинную природу наших заблуждений.

1. Молитва в начале занятия. 0 - 2 мин.
2. Чтение «12 шагов» и «Вех выздоровления» - 2 - 10 мин.
3. Новости группы и чтение ее правил - 10 - 15 мин.
4. «Острые ситуации» - 15 - 35 мин.
5. «Сегодня мы не обсуждаем домашнее задание, оно станет материалом для Пятого шага, который делается наедине другому человеку. На прошлом занятии мы рассматривали наши недостатки: уныние, трусость, безответственность, «замороженные» чувства, зависть, болтливость, проблемы в близких отношениях, лень, нечестность, невежество. Остались ли какие-то недоумения?» Те, кто сделал домашнее задания могут прояснить с кругом и ведущим конкретные вопросы, избегая излишней откровенности - 35 - 70 мин.
6. «Теперь мы переходим к Пятому шагу нашей Программы. Обсудим инструкцию по его выполнению, прочтите текст из приложения к этому занятию. Давайте проясним недоумения. Обратите внимание: на нашей группе не рассказывают об острых ситуациях, которые Вы могли бы рассказать священнику на исповеди, но не на общем обсуждении, откровенность должна быть уместна (*ведущий читает текст по пунктам, останавливаясь, чтобы прояснить вопросы*). 70 -105 мин.
7. Домашнее задание: - «Домашнее задание у вас в тексте, который мы сейчас читали. Обратите внимание, это серьезная работа! Начинайте искать того, кому Вы сделаете Пятый Шаг, уже завтра.». 105 - 110 мин.
8. Заключение: конфиденциальность, недирективность, правило 48 часов и литература.
Благодарность и заключительная молитва. 115 - 120 мин.

ПРИЛОЖЕНИЕ:

Корневые ошибки

Проведя нравственную инвентаризацию себя и своей жизни, мы еще не получили полной картины того, что нуждается в исправлении. Она формируется в Пятом шаге.

Теперь нам нужно отыскать корневые ошибки в нашей жизни. Нам нужно понять, какие причины привели к тому, что мы стали созависимыми людьми, и каким способом созависимость разрушала нашу жизнь. В тексте Четвертого шага мы начинаем искать причины и следствия. Например, есть низкая самооценка, которая приводит к страху оценки других людей, лживости или заносчивости (чтобы никто не догадался о правде). Или уверенность в том, что вы со всем справитесь, если как следует постараетесь, т.е. самоуверенность, может привести к обидчивости и осуждению других: я-то могу, а они?

Перечитывая свой Четвертый шаг, выделяйте главное, ищите связи и пересечения, по каждому пункту приводите один-два примера, показывающие, что Вы имеете в виду. Таким образом, Вы составите свой Пятый шаг, его Вы и прочтете вслух. Нет необходимости читать весь Четвертый шаг. Нужно подходящими примерами объяснить то, что Вы нашли в себе, и хотите изменить.

Если есть какие-то важные пункты Четвертого шага, которые Вы хотите обсудить – обязательно сделайте это. Мы настолько больны, насколько не высказались.

Ожидаемый результат Пятого шага – лучшее понимание себя и опыт того, что другой человек принял Вас, узнав о Вас главное, и поддержал в Вашем стремлении к изменениям.

Как выбрать человека, который будет слушать Ваш Пятый шаг? Это несложно. Например, это может быть Ваша подруга из группы. Или какой-то другой человек, только важно, чтобы он уже имел опыт своего Пятого шага, чтобы Вы ему доверяли, и он понимал, что от него не требуются поучения и наигранная похвала. Он такой же, как и Вы, и помогает Вам понять себя. Начните и закончите Пятой шаг молитвой к Богу. В добрый путь!

Дополнительный текст:

Есть продолжение этого шага, которое могут сделать крещеные христиане. Если Вы сделаете Пятый шаг священнику в таинстве покаяния (на исповеди), то результат будет еще и таким: у Вас появятся силы, данные Вам Богом, жить иначе. Тогда Шестой и Седьмой шаг будут выполнены более глубоко и станут более плодотворными. Для этого надо заранее договориться со священником о духовной беседе, кратко объяснить ему смысл того, что Вы собираетесь сделать, и сделать ему Пятый шаг. В рассказе опирайтесь не столько на внутренние механизмы, сколько на свои поступки, о которых сожалеете. Старайтесь, по возможности, избегать «программных» словечек: священник их просто не поймет, он же не ходил с Вами на группы! Говорите просто, можно сказать о «генеральной» исповеди.

То, что Вы искренне исповедуете и в чем каетесь, не будет стоять между Вами и Богом, когда Вы станете перед Ним на суд. Не надо бояться, что незнакомый священник не поймет или осудит Вас. Ему Богом дана благодать для того, чтобы он смог понять и принять Вас. Помощи Божьей Вам в этом!