

ЗАНЯТИЕ ТРЕТЬЕ (3-е июня, 2015)

Задания на следующую неделю:

1. **Чтение:** Большая Книга, страницы с 43 до 62 (до середины страницы)
2. **Фокус:** сегодня мы смотрим на 2-й и 3-й шаги программы выздоровления
3. **Задание:** Прочитай молитву (внизу), побудь в тишине и ответь на вопросы внизу. Не торопись. Если ответ не приходит голову, попроси Бога или твою версию Высшей Силы помочь тебе увидеть правду. Ответ: “Я не знаю” – это такой же достаточный и удовлетворительный ответ, как любой другой. Обсуди свои ответы со своим спонсором.
4. **Контактная информация:** MP3 сессий и домашние задания можно найти на веб—странице: www.RussianAA.com; Если есть любые вопросы, пожалуйста свяжитесь со мной - Лена: nevskylaw@gmail.com

Молитва

Боже, я прошу Тебя быть со мной, чтобы вести и направлять меня, в моем поиске Твоей воли и Твоей истины. Пожалуйста, удали во мне, то, что будет блокировать меня от Твоей истины. Отложи в сторону все мои предрассудки, знания и мнения о том, что я думаю о Тебе и покажи мне свое существование и свою силу во мне и вокруг меня. Господи, помоги мне осознать и принять Твою правду и Твою волю.

ШАГ 2: Уверовали в то, что только Сила, более могущественна чем мы, может вернуть нам здравомыслие

В главе “А Как Быть Агностикам,” обозначены следующие положения, необходимые для начала нашего духовного роста:

- 1) Отложить в сторону свои старые представления и предрассудки о Боге
- 2) Выразить хотя бы готовность поверить в Силу большую, чем мы сами
- 3) Честно искать Высшую Силу

Внизу предлагаются упражнения связанные с этими положениями:

1) Стр 44, 1 параграф, 3 предложение: **“Отказаться от предрассудков,”**
“Отложить в сторону свои старые представления.”

- Ты веришь в существование Высшей Силы (силы более могущественной, чем ты сам)?

- *Если да*, чем для тебя является Высшая Сила? Какие у Нее качества?
- Возвращаясь к твоему ответу на предыдущий вопрос: Ты так думаешь, или ты это знаешь в своем сердце из своего собственного опыта? Ты уверен в этом?
- Посмотрев со стороны на то, как ты движешься по жизни, во что ты действительно веришь? Другими словами – на что ты полагаешься в жизни больше всего?
- Если ты не веришь в существование Высшей Силы, во что ты веришь? Какая сила приводит Жизнь в движение?
- Что тебя отворачивает от идеи Бога или Высшей Силы? Расскажи про свои сомнения.
- Тебе кажется, что зависимость от Силы, находящейся вне тебя, и вера в нее, является проявлением слабости и даже трусости? (ст. 45)
- Перечисли религиозные или духовные термины, которые вызывают в тебе отрицание?
- Стр 46, 1 неполный параграф, середина: **«Спросите себя, что эти духовные термины значат для вас?»**

- Ты мог бы (есть ли у тебя желание) отложить все твои предрассудки в сторону, и посмотреть на вопрос существования Высшей Силы по новому, с другой точки зрения?
- Если ты не веришь в существование Высшей Силы, можешь ли ты допустить, что те концепции, которые ты накопил о Боге, не являются истинными? Другими словами, может ли быть, что ты не прав в своих убеждениях о Боге?
- Если ты веришь в существование Высшей Силы, в каких областях своей жизни ты живешь так, как будто ты не нуждаешься в Силе более могущественной, чем ты сам? Наличие страха в какой-либо области твоей жизни – это надежный указатель, что ты опираешься на себя самого.

2) Стр 44, 1 параграф, 3 предложение: **“Выразить готовность поверить в Силу большую чем мы сами»**

- Ты можешь признать возможность существования Творческого Разума или Духа Вселенной, лежащего в основе всех вещей? (ст. 45)
- *Если нет*, допускаешь ли ты возможность существования такой Силы? Другими словами, есть у тебя надежда (даже очень маленькая), что такая сила может существовать?
- Есть ли люди в твоей жизни, которые испытали (не по их словам, а по твоему внутреннему ощущению) духовное пробуждение в результате работы по 12-ти шагами? Люди, которые испытали что-то большее, чем испытываешь ты?
- Если да, считаешь ли ты, что ты тоже можешь получить такой опыт в результате работы по 12-ти шагам?

3) Стр. 45, 2 параграф, предпоследнее предложение: «Для нас царство Духа обширно, просторно и всеобъемлюще. Оно всегда открыто и доступно для тех, кто честно ищет»

- Готов ли ты настойчиво и честно искать Высшую Силу?

Вопросы, связанные с выполнением второго шага:

Вопрос для новичков (перевый раз по шагам):

История Билла (ст. 12): “От меня требовалось только желание и готовность верить в существование силы, большей, чем я. Для начала требовалось только это. Я понял, что рост может начаться с этого момента.”

Стр 46, 1 параграф, 1 предложение. Краеугольным вопросом 2 Шага является:

- **Верю ли я сейчас или готов ли я поверить, что есть Сила большая, чем я?**

Да или нет.

Вопрос для тех, кто работает с 12-ю шагами, испытал определенный духовный опыт и желает более глубокого переживания Высшей Силы:

- Верю ли я сейчас или готов ли я поверить, что есть Сила большая, чем я, которая перенесет меня за пределы того, что я уже испытал в каждой области моей жизни, за пределы того переживания, которое мне уже было дано? Верю ли я в существование сфер покоя, любви, свободы, счастья, мудрости и понимания, в измерения сознания, существования, и силы, которые я даже не могу себе представить? *Да или нет.*

ВАЖНО!!!!!! Перед тем, как переходить на следующую страницу, обсуди свои ответы на вопросы сверху с твоим спонсором или гидом по шагам. Ты должен закончить 2-й шаг перед тем, как переходить к следующему, 3-му шагу.

ШАГ 3: Приняли решение препоручить нашу волю и наши жизни под опеку бога, как мы его понимали

Сначала нам надо увидеть, что жизнь, построенная на своеволии, т.е. жизнь при которой ведущей силой в моей жизни является мои желания и мое убеждение в своей правоте – не принесли желаемого результата. Смотри свои ответы к 2-му заданию.

1. Ст. 58 посл. Параграф: “**Первое требование заключается в обретении уверенности в том, что жизнь построенная на своеволии не может быть успешной.** Такая жизнь почти всегда приводит нас к столкновениям с чем-либо или кем-либо, даже если мы руководствуемся самыми лучшими побуждениями.”

- Как ты определяешь *успех* в твоей жизни?
- Имеет ли *успех* в твоём понимании отношение к тому, сколько покоя, мира, любви, счастья, радости и удовлетворения существует в твоей жизни?
- Если ты считаешь, что успех измеряется накоплением материальных вещей, успехом в карьере, уважением людей, хорошим сексом, идеальной супругой, умными и красивыми детьми, и т.д., не желаешь ли ты этих вещей, чтобы в конечном итоге испытать покой, мир, любовь, счастье, радость и т.д.
- Согласен ли ты, что в результате все наши силы и желания в основном направлены на то, чтобы испытать покой и счастье внутри себя?
- Если ты закончил второе задание, которое помогает нам увидеть результаты нашей жизни, построенной на своеволии – ты увидел в себе симптомы духовного недуга?
- *Если да*, может ли твоя жизнь, построенная на своеволии, быть названа успешной, для тебя самого?

Ст. 60 (3-й параграф): **“Таким образом, мы сами являемся причиной наших бед. Они начинаются в нас;** алкоголик представляет собой законченный пример бунта своеволия, но сам он, конечно же, так не считает.”

- Ты согласен с тем, что, твое настаивание на том, что ты знаешь какими должны быть жизнь, Бог, другие люди и ты сам (другими словами, твой эгоцентризм) – является причиной конфликта, в котором ты себя часто находишь?
- Если ты увидел, что твое управление жизнью не приносит желаемого результата (не приносит тебе покой и счастье внутри), согласен ли ты попробовать принять помощь и направление от своей Высшей Силы?

Если да, работай дальше:

2. Ст. 60 (2-параграф): Прежде всего мы, алкоголики, **должны** освободиться от этого эгоцентризма. Мы должны сделать это, иначе он убьет нас. Бог делает это возможным. Часто нельзя избавиться от эгоцентризма без Его помощи.

Ст. 60 (последний параграф): **Прежде всего мы должны были перестать играть роль Бога для самих себя. Это не дало никаких результатов.** Затем мы решили, что с этого момента в этой жизненной драме Бог будет нашим Руководителем. Он наш Господин, мы — исполнители Его воли. Он наш Отец, мы — Его дети. В большинстве своем полезные идеи просты, и этот принцип стал краеугольным камнем новой триумфальной арки, пройдя под которой, мы вышли к свободе.

- Что значит перестать играть роль Бога?
- Ты готов прекратить играть роль Бога во всех областях твоей жизни?
- Как ты понимаешь значение слов "воля" и "жизнь" в третьем шаге?

- Как ты понимаешь значение слова "решение" в третьем шаге? Должно ли решение подкрепляться действием, чтобы принести какие-либо результаты?

Ст. 62 (2-й параграф в середине): **“Хотя наше решение было жизненно важным и решающим, оно не оказало бы длительного эффекта, если бы не подкреплялось серьезными усилиями с целью осознать все то, что блокировала нас изнутри, и избавиться от этого.”** - как это очищение происходит? С помощью следующих шагов: 4-9 и продолжения духовного роста в шагах 10-12.

- Ты готов проследовать путь 4-9 шагов, а потом продолжать расти духовно в шагах 10-12, как предлагает процесс 12-ти шагов? Без такого действия твое решение 3-го шага бесполезно.
- Ты готов принять решение перепоручить твою волю (твое мышление) и твою жизнь (твои действия) на опеку Бога, как ты его понимаешь?

Если да, продолжай работу:

Ст. 61 (2-й параграф): Мы подошли к **Третьему шагу**. Многие из нас сказали нашему Создателю, такому, **как мы понимали Его**:

*“Господи, я предаю себя Тебе,
чтобы создавать и творить при моем участии, как Тебе угодно.*

*Освободи меня от пут своеволия,
Чтобы я лучше мог выполнять Твою волю.*

*Удали то, что тяготит меня,
Чтобы эта победа была свидетельством для тех, кому я буду помогать,
полагаясь на Силу Твою, Твою Любовь
И понимание предначертанного Тобой пути.*

Да исполнится Воля Твоя”

Помедитируй над содержанием каждой строчки молитвы и выполни последнее задание на следующей странице 8.

ЗАДАНИЕ: напиши свою собственную молитву 3-го шага, выражая твое понимание и передавая дух идеи 3-го шага своими собственными словами:

Ст. 62 (сверху): “Для этого (3-го шага) не требуется никакой обязательной словестной формулы, достаточно лишь выразить основную мысль без всяких оговорок.”

Например: Молитва Билла Уилсона (ст. 12, последний параграф): “... я смиренно предложил себя Богу, как я Его понимал, чтобы отныне Он руководил мною по своему усмотрению. Впервые я признал, что я – ничто, что без Него я погибну...”
