

12 askelta Ehyempään aikuisuuteen

- Opas Kristus-keskeisen parantumisen tielle, 1996
– osa 8

12 askelta Ehyempään aikuisuuteen

- Opas Kristus-keskeisen
parantumisen tielle, 1996

Ehyeksi aikuiseksi – osa 8

- 12 askeleen 7. askel kuuluu:
- ”Nöyrästi pyysimme Häntä poistamaan vajavuutemme”.
- Valmistaudumme 7. askeleeseen opettelemalla lähestymään Jumalaa, totuttautumalla Jumalan läsnäoloon.
- 7. askel vaatii rukoilemista. Sairautemme, rehellisyytemme ja ahdistuksemme ovat saaneet meidät jo nöyrytymään ja nyt meidän on avattava suumme ja rukoiltava.
- Valmistaudumme 7. askeleeseen siten, ettemme yritä salata Jumalalta mitään.
- Valmistaudumme opettelemalla lähestymään Jumalaa, totuttautumalla Jumalan läsnäoloon.
- Valmistaudumme suhtautumalla rukoukseen vakavasti.
- Nyt on aika puhua Jumalalle hyvin henkilökohtaisella tasolla.

Ehyeksi aikuiseksi – osa 8

- Nöyryys on 12 askeleen ohjelmassa toistuva teema ja 7. askeleen ydinajatus.
- Olemalla nöyriä saamme armon, jota tarvitaan askelten soveltamiseen ja tyydyttävien tulosten saavuttamiseen.
- Tajuamme selvemmin kuin koskaan, että olemme omistautuneet elämässämme suurimmaksi osaksi itsekkäiden halujen tyydyttämiselle.
- Sielumme vapautuu vasta, kun opettelemme nöyrästi tuntemaan Jumalan tahdon.
- 7. askel vaatii meitä antautumaan Jumalan tahdon alaisuuteen, sillä sitä kautta saavutamme mielenrauhan, jota tarvitsemme saavuttaaksemme etsimämme tasapainon.
- Kasvamme koko ajan viisaudessa ja Kristuksen tuntemisessa.

Ehyeksi aikuiseksi – osa 8

- Kuuden ensimmäisen askeleen aikana tiedostimme ongelmamme, tarkastelimme elämäämme rehellisesti, paljastimme itsestämme aiemmin piilossa olleita puolia ja olimme valmiit muuttamaan asenteitamme ja käyttäytymistämme.
- 7. askel tuo esille mahdollisuuden kääntyä Jumalan puoleen ja pyytää häntä poistamaan ne luonteenpiirteet, jotka tuovat kipua elämäämme.
- Odottaessamme, että Jumala poistaa vajavuutemme, meidän on hyvä muistaa hänen jakavan armoaan suoraan rukouksessa ja mietiskelyssä, mutta myös toisten ihmisten välityksellä.
- Jumala korjauttaa heikkouksiamme usein ulkopuolista työvoimaa käyttäen.
- Papit, neuvojat, lääkärit ja terapeutit voivat toimia Jumalan armon välittäjinä.
- Se että hakeudumme ulkopuoliseen apuun, voi olla selvä osoitus siitä, että olemme valmiita muuttamaan.

Ehyeksi aikuiseksi – osa 8

- Käytä 4.askeleessa laatimaasi arviota nyt 7.askeleessa rukousoppaana.
- Kun mikään ei tunnu edistyvän meidän aikataulumme mukaan, kannattaa lukea tyyneysrukousta. Se muistuttaa, että Jumala voi antaa meille tyyneyttä hyväksyä asiat, joita emme voi muuttaa.
- Kielteisestä käyttäytymisestä luopuminen, oli se sitten miten tuhoisaa tahansa, saattaa synnyttää menetyksen tunteen, ja siksi meidän on annettava itsellemme aikaa surra.
- Jotkin kielteiset luonteenpiirteemme ovat kuin vanhoja ystäviä. Ne voivat olla haitallisia ja jopa vahingoittaa meitä, mutta siitä huolimatta suremme niiden menettämistä.
- On normaalia murehtia, kun meillä ei ole enää jotain, jota meillä on aiemmin ollut.
- Saatamme olla yliherkkiä ja pitää kiinni ”omista jutuistamme” välttääksemme menettämisen tuskan.

Ehyeksi aikuiseksi – osa 8

- Jotta emme vähättelisi tai kieltäisi luovuttamisen pelon olemassaoloa, voimme kääntyä Herran puoleen ja pyytää häneltä rohkeutta luottaen siihen, että hän huolehtii lopusta.
- Käyttäytymisen muuttaminen voi tuntua jonkin aikaa itsetuntomme kannalta huolestuttavalta.
- Pelokkaina ja epävarmoina tulevasta saatamme tuntea jääneemme taas yksin ja syrjään.
- Kun meillä on uskoa ja luottavainen suhde Jumalaan, osoitamme että tahdomme luopua eksymisen, turvattomuuden tai hylkäämisen pelosta.
- Jumala tahtoo olla meille uusi turvapaikka, jonne juoksemme ahdistuksen ja pahan olon yllättäessä. Hän tahtoo olla turvamme ja lohtumme.
- Kun opimme nöyrästi pyytämään Jumalalta apua elämäämme, muutos siirtyy Jumalan vastuulle. Emme voi omia ansioita itsellemme, mutta voimme kiittää.

Ehyeksi aikuiseksi – osa 8

- Meillä on aina mahdollisuus saada johdatusta Herralta. Meidän on vain kuunneltava, otettava vastaan ja toimittava pelkäämättä.
- Kysymykset:
 - 1. Millaisia siunauksia ja lahjoja, vaikka vähäisiäkin, olet saanut Jumalalta ryhdyttyäsi noudattamaan 12 askeleen toipumisohjelmaa?
 - 2. Mitä työvälineitä Jumala on erityisesti käyttänyt ohjatessaan sinua ja opettaessaan sinulle, mikä on oikein (esim. Raamattua, muita kirjoja, kokoontumisia, tukihenkilöitä, neuvoja, pappeja jne.)?
 - 3. Tuleeko sinulle rukoilemisesta parempi olo? Jos tulee, niin millä tavalla parempi? Jos ei, niin millaisia vaikeuksia sinulla on rukoilla?
 - 4. Missä suhteessa olet pettynyt edistymiseesi heikkouksien poistamisessa?

Ehyeksi aikuiseksi – osa 8

- 5. Miten rukouksen paradokseja vastaa omia kokemuksiasi rukouksesta?
- 6. Vaikka Jumala on uskollinen ja antaa meille anteeksi ja puhdistaa meidät, niin silti me epäilemme. Millä elämänalueella epäilet Jumalan kykyä tai halukkuutta puhdistaa sinut?
- 7. Mitä ”juttuja” sinulta vietiin lapsena, ennen kuin olit valmis luopumaan niistä?
- 8. Me osoitamme nöyryyttä ensiksi ihmissuhteissamme ja siten suhteessamme Jumalaan. Miten aito nöyryys näkyy suhteessasi muihin ihmisiin?
- 9. Millaisia pelkoja mielessäsi herää, kun pohdit tulevaisuutesi luovuttamista Jumalan käsiin?
- 10. Millainen on tämänhetkinen suhteesi Jumalaan?
- 11. Mainitse seikkoja, jotka osoittavat sinun oppineen kiinnittämään enemmän huomiota Jumalaan ja vähemmän itseesi?

Ehyeksi aikuiseksi – osa 8

- 12. Millä tavalla tunnet joutuneesi karkotetuksi Jumalan kasvojen edestä?
- 13. Mitkä kielteiset luonteenpiirteesi ovat muuttumassa myönteisiksi? Mitä muutoksia huomaat?
- 14. Mainitse tapaus, jolloin nöyryyt ja Jumala joko poisti jonkin vajavuutesi tai antoi sinulle voimaa tulla sen kanssa toimeen?
- 15. Mihin lupauksiin kiinnität toivosi pysyäksesi jatkuvasti toipumisen tiellä?
- 16. Miten voit säilyttää aidon nöyrän asenteesi päivittäin ja olla tietoisena siitä, että tarvitset Jumalan armoa?
- 17. Luettele omasta käyttäytymisestäesi esimerkkejä, jotka osoittavat sinulla olevan rohkeutta ja vakaa tahto muuttaa mitä voit.
- 18. Mistä kolmesta tähän askeleeseen liittyvästä kysymyksestä keskustelisit mielelläsi muiden kanssa?

Ehyeksi aikuiseksi – osa 8

- 19. Kuvaile miten suoriudit 7. askeleesta.
- 20. Mitkä viimeaikaiset asiat elämässäsi auttoivat tai hankaloittivat 7. askeleen suorittamista?