SYVENDE TRIN:

Vi bad Ham ydmygt fjerne alle vore fejl.

6. Kapitel

Handling

Læs næstsidste afsnit på side 87

Efter din ihærdige indsats med trinnene fra 4 – 6 er du nu blevet i stand til at føre din beslutning fra 3. Trin ud i livet. Det du skal gøre i 7. Trin.

Lad os kaste et blik på bønnen du brugte i 3. Trin og se, hvad det var, du bad din Højere Magt om.

»Gud – jeg _____ mig til Dig, så Du kan _____ mig og _____ mig efter din vilje. _____ mig fra _____, så jeg bedre kan udføre din vilje. Tag mine _____ fra mig, så _____ over dem må vidne om din styrke, din _____ og et liv i din _____ over for dem, jeg vil hjælpe. Må jeg altid _____.«

Du overgav dig helt til Gud.

Du bad om at blive formet. En smuk plante fremelskes ved kærlig pleje og beskæring af vildskud, og en lerkrukke bliver formet ved hjælp af et mildt pres og fjernelse af de grater som er opstået i processen. På samme måde beder Du Gud om, at Han skal forme dig til det menneske, det fra starten af har været Hans hensigt, du skulle være, og om at fjerne de mindre pæne sider af dit væsen – altså dine karakterbrister.

Du bad om at blive brugt i overensstemmelse med det din Højere Magt har tiltænkt dig.

Du bad om at komme fri af Selvet, som du havde indset var årsagen til dine problemer, ikke for at blive problemerne kvit, men for bedre at kunne udføre Guds vilje.

Du bad om at blive fri fra dine vanskeligheder (karakterbrister), ikke for at du skulle få det bedre, men for at andre, der behøver hjælp, ved at iagttage dig, kan se, hvad Gud er i stand til at udrette. Eller som de siger i USA: ”Opfør dig ordentligt, det kan være, du er det eneste eksemplar af Store Bog, folk nogensinde kommer til at se.”

Sluttelig bad du om, altid at være i stand til at arbejde for Ham og i overensstemmelse med Hans hensigt.

Når vi er klar, siger vi noget i stil med dette: »Min Skaber - jeg er nu villig til at overgive mig _____ _____ _____- på godt og ondt.

Erfaringen viser, at det ikke virker at bede om at komme af med symptomet.

Et eksempel kunne være, at du har været din partner utro, her vil det antagelig ikke løse problemet, hvis du beder om hjælp til ikke at gentage utroskaben, men i dit arbejde med 4. – 5. Trin, fandt du måske ud af at utroskaben havde baggrund i selviskhed – og så er det den, du skal bede om at komme af med.

Eller måske er du urimeligt opfarende overfor dine børn, her hjælper det ikke at bede om at komme af med din hidsighed. Du bliver nød til at finde frem til den grundlæggende årsag. Det kan eksempelvis være, at du har fundet frem til, at du frygter, at du ikke slår til som forælder – altså er selvsøgende og bange, og så er det den eller de involverede karakterbrists, du skal bede om at få fjernet.

Derfor er det en god ide at nævne hver enkelt karakterbrist, når du beder om at få dem fjernet.

som står i vejen for min brugbarhed for min brugbarhed for _____ og for mine _____

Det primære formål med at du kommer af med dine karakterbrister er ikke, at du skal få det godt! Målet er, at du skal blive af størst værdi for Gud og for menneskene omkring dig. Dit velbefindende er en bivirkning!

Jeg beder om styrke til at udføre din vilje, når jeg fortsætter herfra. Amen.« Så har vi gjort os færdige med *det syvende trin.*

Essensen af bønnen i 7. Trin er det samme, som i 3. trin, men forskellen er, at trin 4 og 5 har sat dig i stand til at se, hvor nag, frygt og skyld og skam kommer fra, og hvordan dine karakterbrister har fremkaldt dem, og når du har opnået den fornødne villighed i trin 6, kan du med den nye viden gå til ondets rod og bede om at få bristerne i din karakter fjernet.

Og hvis man ikke gør det, bliver 7. Trin reduceret til en hensigtserklæring og en gentagelse af 3. Trin.

Som det fremgår, er et succesen af et vellykket 7. Trin helt afhængig af grundigheden af det forarbejde, vi lavede i 4. – 6. Trin.

Men bøn alene gør det ikke.

Gud gør det for os, som vi ikke kan gøre selv. Og vi har ikke magten til at fjerne en karakterbrist, kun Gud besidder den magt.

Men Gud vil ikke gøre det for os, som vi selv er i stand til, og det, vi selv er i stand til, er, at finde ud af, hvad der er det modsatte af den karakterbrist, Han har fjernet. Med Guds hjælp og al den viljestyrke vi overhovedet kan opdrive, kan vi så, i alle de situationer der måtte opstå, forsøge at praktisere det modsatte.

Gud kan ikke fjerne din selviskhed og efterlade dig med et hul i din personlighed. Det er nødt til at blive fyldt af med det modsatte, nemlig af uselviskhed.

Da vi kom til AA havde nogen af os 30 - 50 års erfaring og træning i at være selviske. Så vores første tanke er naturligvis at reagere ud fra selviskhed. Den eneste måde, at ændre tanke og handlingsmønstre på, er, at arbejde imod sig selv.

Hvis du beder Gud om at fjerne din selviskhed og begynder at praktisere uselviskhed, vil de gamle reaktionsmønstre langsomt dø ud, og de nye vil træde i stedet.

Hvis du ønsker at Gud skal fjerne din uærlighed, er du nødt til at gøre din part og begynde at praktisere ærlighed. Det er ikke nemt, men med Guds hjælp og al den viljestyrke du kan opdrive, kan du tvinge dig selv til at være ærlig, og langsomt vil de gamle ideer sygne hen og nye vil træde i stedet.

Hvis du ønsker at Gud skal fjerne din frygt, er du nødt til at skubbe hjertet op i halsen og praktisere mod.

Hvis du ønsker at Gud skal fjerne din ubetænksomhed, er du nødt til at begynde at tage andre mennesker og deres ønsker og behov i betragtning, og langsomt vil de gamle ideer dø ud og nye vil træde i stedet.

Løfterne for tredje trin sagde at: *Vi var blevet født på ny.*

Silkworth sagde på **side 16** at helbredelse kræver en total mental forandring og Jung sagde på **side 44**, at ideer, følelser og holdninger, som tidligere var de styrende kræfter i vores liv, må vige for et komplet nyt sæt forestillinger og motiver.

Åndeligt set er vi født på ny!

Men tag dig i akt, for hvis du anerkender det her, så betyder det, at fra dagsdato er du ansvarlig for, hvad du er.

Du kan ikke længere give kæresten skylden, du kan ikke længere give mor og far skylden. Du kan ikke give Gud skylden og du kan ikke give samfundet skylden.

Hvis du forbliver selvisk, uærlig, selvsøgende, bange og ubetænksom, så må det være fordi det er sådan du vil være!

Vi har ikke længere den luksus at kunne bebrejde andre, for vi behøver ikke være sådan.

Du vil opdage, at når man bliver mere uselvisk begynder andre at kunne lide en lidt mere end de kunne før, og at når man begynder at blive mere ærlig, får man et behageligere syn på sig selv.

Måden at opbygge sit selvværd på er, at gøre det rigtige til en forandring.

Du vil erfare, at når du fungere på mod i stedet for frygt, så gør du ting, som får dig til at føle dig godt til pas, og du vil holde op med at gøre det, som fik dig til at føle ubehag.

Du vil finde ud af, at der er en tilfredsstillelse i at betænke andre først og give andre, før du tager til dig selv.

Det anede vi ikke! Hvordan skulle vi kunne vide det? Vi har aldrig været sådan før.

Det er i trin 6 og 7 vi ændrer personlighed. Men vi bliver nød til at øve os.

En murer er ikke født murer, han bliver murer ved at øve sige. Michael Laudrup blev ikke født som fodboldspiller. Bevares han havde sikkert talentet med i fødselsgave, men for at blive den fodboldspiller han er, måtte han øve sig.

Det man gør meget bliver man god til!

Og vi har igennem mange mange år været selviske, uærlige, selvsøgende, frygtsomme og ubetænksomme mennesker, og vi er af natur ikke uselviske, ærlige, tillidsfulde, modige og betænksomme mennesker, så vi bliver nød til at øve os og øve os og atter øve os.

Det er kun os, der kan slå vores gamle personlighed ihjel og med Guds hjælp blive til forandrede mennesker.

Så hvis du forbliver selvisk, uærlig, selvsøgende, bange og ubetænksom, så må det være fordi, du ønsker at være sådan.

Du kan ikke blive uselvisk og forblive selvisk samtidig. Du kan ikke blive ærlig og praktisere uærlighed samtidig. Du kan ikke være ubetænksom og betænksom på samme tid.

Det var det, de mente, da de i starten af femte kapitel fortalte, at nogle af dem forsøgte at holde fast ved deres gamle ideer, men at resultatet var negativt, indtil de fuldstændig gav slip på vor gamle indstilling.

Som det fremgår, er et succesen af et vellykket 7. Trin helt afhængig af grundigheden af det forarbejde, du lavede i 4. – 6. Trin.

Paradoksalt nok fylder 6., 7., og 8., trin kun et afsnit hver, ja afsnittet om 8. trin omhandler oven i købet også noget om 9. trin. Ikke desto mindre er de tre trin nogle af de største.