

## EEA - Roteiro dos Encontros (tradução para português 12/07/2023)

(Consulte as Diretrizes do encontro como secretário(a) abaixo se você for novo na liderança de uma reunião)

1. Bom dia. Este é mais um encontro aberto do Emergência Espiritual Anônimos - EEA Brasil. Meu nome é \_\_\_\_\_ e serei Secretário(a) do encontro de hoje. Estamos felizes por todos vocês estarem aqui!

Para quem não sabe...

O Emergência Espiritual Anônimos é um programa internacional inspirado nos 12 passos dos Alcoólicos Anônimos (AA), criado pela pesquisadora americana Marie Grace Brook, que participou do evento internacional online do Repensando a Loucura em maio deste ano. Ela lançou o *Spiritual Emergence Anonymous* - SEA com o objetivo de apoiar a Emergência Espiritual em indivíduos cuja transformação espiritual é tão poderosa que se fazem necessários assistência e apoio de um grupo para integrá-la. Existem grupos do SEA em diferentes países e idiomas e agora estamos lançando este grupo em português. Este programa é um trabalho em andamento que continuará a ser aperfeiçoado e editado e a nossa intenção é buscar contribuições dos participantes da EEA Brasil.

Então seguindo a proposta deles nós começaremos nossos encontros sempre com o mesmo roteiro:

Em nossos encontros do EEA, nos esforçamos para manter uma expressão plena e irrestrita, onde todos se sentem livres para expressar e compartilhar sua própria experiência espiritual e emergência. Queremos ouvir todos que quiserem compartilhar, mas como nosso encontro é de uma hora e quinze minutos, vamos escolher um voluntário ou voluntária para ajudar a controlar o tempo de fala de cada um que será decidido de acordo com o número de participantes. **Decidir quem vai controlar o tempo.** Quem não quiser falar nada, pode dizer: "Eu Passo!" Vocês podem levantar a mão no sistema do Zoom para irmos em uma sequência mais fluida.

Chamamos este compartilhamento de Check-in e vamos começar em breve. É bom lembrar que a ideia é trazer nossa escuta ativa se mantendo presente e respeitando os participantes enquanto eles falam, não fazer comentários entre as falas e concluir nosso compartilhamento dentro do tempo combinado.

2. Vamos abrir a reunião com um momento de silêncio, seguido da Oração da Serenidade que também é usada pelo AA: "Deus, dai-nos serenidade para aceitar as coisas que não podemos mudar, coragem para mudar as coisas que podemos, e Sabedoria para saber a diferença."

3. Gostaria de dar as boas-vindas a todos os recém-chegados e a todos os que estão voltando. Esta é a primeira reunião de alguém ou alguém está retornando após uma ausência que gostaria de se apresentar? **(Só a partir do segundo encontro)**

4. O EEA é uma comunidade de pessoas que compartilham sua experiência, força e esperança umas com as outras para que possam enfrentar seus desafios comuns e

ajudar os outros a se reequilibrar dos efeitos da Emergência Espiritual. O único requisito para participar é o desejo de buscar estabilidade e clareza. Não há cobranças ou taxas para a filiação ao EEA; somos autossuficientes por meio de nossas próprias contribuições. O EEA não está aliado a nenhuma seita, denominação, política, organização ou instituição; não deseja se envolver em nenhuma controvérsia; não endossa nem se opõe a quaisquer causas. Nosso objetivo principal é ficar bem e ajudar outros Emergentes Espirituais a alcançar estabilidade e clareza.

5. Vamos agora ler os 12 Passos do Emergência Espiritual Anônimos. Quem tem a lista de Passos à sua frente? (a secretária atribui a ordem dos leitores, depois lê a primeira etapa).

### **12 Passos - Emergência Espiritual Anônimos – EEA**

- 1. Buscar ajuda para equilibrar nossas vidas quando nos sentirmos sobrecarregados com o desafio de integrar nossa emergência espiritual.**
- 2. Confiar que um Poder Superior, maior do que nós mesmos, pode nos trazer estabilidade e clareza.**
- 3. Decidir entregar nossa vontade e nossas vidas aos cuidados de nosso Poder Superior.**
- 4. Fazer um inventário honesto de nossos dons pessoais e de nossas fraquezas.**
- 5. Admitir ao nosso Poder Superior, a nós mesmos e a outro ser humano a natureza exata de nossas fraquezas. Pedir humildemente ao nosso Poder Superior que remova essas fraquezas.**
- 6. Praticar a compaixão por todos aqueles que magoamos, reconhecendo qualquer sofrimento causado, inclusive a nós mesmos, fazendo uma lista de todos que podemos ter prejudicado.**
- 7. Pedir perdão a todos os que ferimos, inclusive a nós mesmos, e nos oferecermos para fazer as pazes, quando for possível fazer de maneira amorosa, segura e construtiva.**
- 8. Fazer uma lista de tudo pelo que somos gratos, incluindo nossos próprios dons e talentos pessoais.**
- 9. Manifestar a gratidão àqueles a quem somos gratos e pedir ao nosso Poder Superior por maneiras de utilizar nossos dons e talentos.**
- 10. Continuar a reflexão pessoal sobre honestidade, humildade, compaixão, perdão e gratidão.**
- 11. Buscar através da oração e meditação melhorar o contato consciente com nosso Poder Superior, orando apenas pelo conhecimento da vontade divina para nós e o poder para realizá-la.**
- 12. Após ter passado por uma transformação espiritual como resultado desses passos, procurar levar essa mensagem a outras pessoas e praticar esses princípios em todas as atividades.**

6. Como falamos, é costume do grupo iniciar a reunião com um “Check-in”. Por favor, fale seu primeiro nome, de onde você é, se desejar (estado, país), que horas são para você e se você é novo no encontro do EEA. Então, você pode compartilhar como está se sentindo e/ou o que você está enfrentando hoje. **Vamos manter este compartilhamento inicial dentro do tempo proposto de 15 minutos.** Se você deseja passar a palavra, por favor, diga apenas “Passo”. Nós vamos também fazer um check-out no final do nosso encontro, então se preferir falar depois teremos mais este espaço. Praticamos simplesmente falar com base em nossa própria experiência e nem damos conselhos. Praticamos o anonimato não compartilhando sobrenomes ou ocupações e praticamos a confidencialidade. O que é dito nesta reunião hoje fica aqui. OK, vou começar. “Eu sou \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ e hoje estou \_\_\_\_\_”