

Dvanásť užitočných konceptov S.E.A. (Anonymných jednotlivcov s duchovnými zážitkami)

Stali sme sa súčasťou S.E.A., aby sme sa naučili žiť novým spôsobom života prostredníctvom dvanásťkrokového programu skupiny Anonymných Emócií, ktorý pozostáva z Dvanástich krokov, Dvanástich tradícií, konceptov, motlidy Pokoja, sloganov, duchovných vstupov pod názvom “Len pre dnešok”, S.E.A. literatúry, týždenných stretnutí, telefonických a osobných kontaktov a zároveň preto, aby sme sa naučili žiť tento program krok po kroku. Neprichádzame riešiť problémy inej osoby - prichádzame riešiť seba samého a zdieľať naše skúsenosti, silu a nádej s ostatnými.

Sme experti len na naše vlastné príbehy, na to, ako sa snažíme prežívať a precítiť tento program a na to, ako program funguje pre nás a čo S.E.A. pre nás robí. Nikto nehovorí za S.E.A. ako celok.

Rešpektujeme anonymitu - nepýtame sa žiadne otázky. Snažíme sa vytvoriť atmosféru lásky a prijatia. Je nám jedno kto ste, alebo čo ste urobili. Skrátka ste u nás vítaní.

Nesúdime; nekritizujeme; nehádame sa. Neposkytujeme rady týkajúce sa osobných alebo rodinných záležitostí.

S.E.A. nie našim nástrojom na neustále opakovanie toho, čo nás trápi. Je spôsobom, ako sa naučiť oddeliť sa od našich problémov. Súčasťou dosiahnutia stavu pokoja je aj schopnosť nažívať v pokoji s našimi nevyriešenými problémami.

Nikdy nehovoríme o náboženstve, politike, otázkach týkajúcich sa vnútorných alebo medzinárodných záležitostí, alebo iných systémov viery alebo stratégií. S.E.A. sa nevyjadruje k žiadnym otázkam existujúcim mimo jeho pôsobnosti.

S.E.A. je duchovný, nie náboženský program. Neobhajujeme žiadny konkrétny systém viery.

Náš program navrhuje veriť v Silu a Moc, ktorá je väčšia ako my - inými slovami veriť v silu “Boha, avšak tak, ako ho chápe každý z nás.“ Toto chápanie môže byť ľudská láska, sila dobra, náš S.E.A. program, príroda, vesmír, Boh, alebo akýkoľvek subjekt, ktorého si člen zvolí ako symbol osobnej vyššej moci.

Program S.E.A. je tu na to, aby sme ho využívali, nie analyzovali. Pochopenie prichádza na základe prežitých skúseností. Každý deň sa snažíme aplikovať časť programu na náš osobný život.

Máme za to, že nie je vhodné označovať, respektíve zaškatuľkovať si jednotlivé stupne choroby alebo zdravia. Príznaky a symptómy našich problémov môžu byť síce odlišné, ale ich základné emócie sú rovnaké alebo podobné. Zistili sme, že v našich ťažkostiach alebo chorobách nie sme jedineční, ale máme spoločné priesečníky.

Každá osoba má právo na svoje vlastné názory a má zároveň právo ich na sedeniach S.E.A. vyjadriť v súlade s pravidlami S.E.A.. Všetci sme si rovní, nikto nie je dôležitejší ako iný.

Najlepšie na S.E.A. programe je to, že na našich stretnutiach môžeme povedať čokoľvek a pritom si byť istý v tom, že to, čo sme povedali zostane za bránami S.E.A.. Čokoľvek, čo sa dozvieme na stretnutí, telefonicky alebo od iného člena je dôverné a nesmie byť poskytnuté tretej osobe, žiadnemu z ostatných členov S.E.A., manželom-manželkám, rodinám, príbuzným alebo priateľom.

Originál textu prešiel úpravou a bol prevzatý z Dvanástich užitočných konceptov Anonymných Emócií.

copyright: S.E.A.