Decima Unidad Tarea#5 

Un inventario Personal.

Las siguientes preguntas se ocupan de los aspectos generales que nos interesa examinar en un inventario personal. Es posible que en alguna ocasión nuestro padrino nos pida que hagamos un inventario de algún aspecto específico de nuestra vida –de las relaciones amorosas o nuestros patrones de conducta en el trabajo– o que añada algunas preguntas a la lista. Debemos siempre consultar con nuestro padrino o madrina la practica personal de cualquiera de los pasos.

1.-¿he reafirmado hoy mi fe en un Dios cariñoso y bondadoso?

2.-¿Hoy he procurado que mi Poder Supero me guie? ¿Cómo?

3.-¿Qué he hecho para servir a Dios y a la gente que me rodea?

4.-¿Hoy me ha dado Dios algo de lo cual estar agradecido?

5.-¿Creo que mi poder superior puede mostrarme como vivir y seguir su voluntad?

6.-¿Veo en mi vida de hoy<<viejos patrones de conducta>>? Si es asi ¿Cuáles?

7.-¿He sido egoísta o deshonesto? ¿he estado resentido o asustado?

8.-¿He creado las condiciones para sentirme decepcionado?

9.-¿He sido bondadoso y cariñoso con todos?

10.-¿Me he preocupado por el ayer o el mañana?

11.-¿Me he permitido obsesionarme con algo?

12.-¿Me he permitido estar demasiado enojado, solo, cansado o hambriento?

13.-¿Me tomo demasiado en serio en algún aspecto de mi vida?

14.-¿Tengo problemas físicos, mentales o espirituales?

15.-¿Me he callado algo que debería haber hablado con mi padrino?

16.-¿Hoy he tenido sentimientos extremos? ¿Cuáles y por que?

17.-¿Hoy en dia cuales son las áreas problemáticas de mi vida?

18.-¿Qué defectos han jugado un papel importante en mi vida de hoy? ¿Cómo?

19.-¿Hoy he tenido miedo?

20.-¿Qué he hecho en el día de hoy que deseara no haber hecho?

21.-¿Qué no he hecho en el día de hoy que desearía haber hecho?

22.-¿Estoy dispuesto a cambiar?

23.-¿Hoy he tenido conflictos con alguna de mis relaciones? ¿Cuáles?

24.-¿Mantengo mi integridad personal en mi relación con los demás?

25.-¿Hoy he hecho daño a los demás o me lo he hecho a mi, directa o indirectamente? ¿de que forma?

26.-¿Debo alguna disculpa o enmienda?

27.-¿Dónde me he equivocado? Si pudiera volver hacerlo, ¿Qué cambiaria? ¿Cómo puedo hacerlo mejor la próxima vez?

28.-¿Me he mantenido limpio hoy?

29.-¿He sido bueno conmigo?

30.-¿Qué sentimientos he tenido en el dia de hoy? ¿Cómo los he utilizado para actuar en base a los principios?

31.-¿Qué he hecho hoy para servir a los demás?

32.-¿Qué he hecho hoy que me haya hecho sentir positivo?

33.-¿Qué me ha dado hoy satisfacción?

34.-¿Qué he hecho hoy que quisiera estar seguro de repetir?

35.-¿Hoy he ido a alguna reunión o hablado con otro adicto en recuperación?

36.-¿De que puedo estar agradecido en el día de hoy?

37.-¿Qué entendí como resultado de este trabajo?