فقط برای امروز

۲ آذر

اراده خداوند

«آرامش حاصل از "رهایی از قید و بند و سپردن خود به خداوند"
به ما در تشکیل یک زندگی که ارزش زیستن را دارد، کمک می کند.»

کتاب پایه

در دوران اعتیاد از اینکه اگر همه چیزهای اطراف خود را کنترل نکنیم چه اتفاق می افتد واهمه داشتیم. بسیاری از ما برای حفظ مصرف مواد خود دروغ های پیچیده ای ساختیم. برخی از ما همه اطرافیان خود را در تلاشی بی امان برای گرفتن چیزی از آنها فریب دادیم تا بتوانیم مواد بیشتری مصرف کنیم. تعدادی از ما تلاش زیادی کردیم تا مانع از صحبت کردن دو نفر با یکدیگر و احتمالاً افشای دروغ های خود شویم. برای حفظ این خیال باطل یعنی اعمال کنترل بر اعتیاد و زندگی خود رنج ها کشیدیم. در این فرآیند، خود را از تجربه آرامشی که از طریق تسلیم شدن به اراده نیرویی برتر حاصل می شود، باز داشتیم.

در دوران بهبودی خود، مهم است که از خیال باطل اعمال کنترل دست برداریم و به نیرویی برتر تسلیم شویم که اراده او برای ما از هر چیزی که می توانیم با فریبکاری و تقلب برای خود تدبیر کنیم، بهتر است. اگر متوجه تلاش خود برای کنترل نتایج و ترس از آینده شویم، می توانیم برای تغییر این روال اقدامی انجام دهیم. به سراغ قدم ها ی دوم و سوم خود می رویم و چیزهایی را که درباره نیرویی برتر به باور رسیده ایم، بررسی می کنیم. آیا واقعاً معتقدیم این نیرو می تواند از ما مراقبت کند و سلامت عقل را به ما باز گرداند؟ اگر چنین است، می توانیم با تمام فراز و نشیب های زندگی، نومیدی های آن، غم و غصه های آن، شگفتی های آن و شادی های آن زندگی کنیم.

فقط برای امروز: تسلیم می شوم و اجازه می دهم اراده نیروی برتر در زندگی من به وقوع بپیوند.
هدیه آرامش را که این تسلیم به ارمغان می آورد، می پذیرم.