

فقط برای امروز

۳ شهریور

اصلاح زندگی — قدم نهم

«از ویرانی گذشته خود رهایی پیدا کرده ایم.»

کتاب پایه



وقتی قدم نهم را شروع می کنیم، به مرحله هیجان انگیزی در بهبودی رسیده ایم. آسیب وارد شده به زندگی ما چیزی بود که بسیاری از ما را به درخواست کمک رهنمون داشت. اکنون فرصت داریم این ویرانی را برطرف کنیم، گذشته خود را جبران کنیم و زندگی مان را اصلاح نماییم.

وقت و تلاش زیادی را صرف آماده شدن برای این قدم کرده ایم. وقتی به NA آمدیم، رویارویی با ویرانی گذشته خود شاید آخرین کاری بود که می خواستیم انجام دهیم. انجام این کار را به طور خصوصی با تهیه تراژنامه ای شخصی آغاز کرده ایم. سپس، گذشته خود را جهت بررسی دقیق برای چند فرد مورد اعتماد و منتخب آشکار ساختیم: خود، نیروی برتر خود و یک فرد دیگر. به کمبودهای خود، منبع بیشتر آشفتگی های زندگی خود نگاهی انداختیم و درخواست کرده ایم همه این نواقص شخصیتی برطرف شود. سرانجام جبران خسارت های مورد نیاز برای اصلاح همه خطاهای خود را فهرست کرده ایم و برای انجام آنها تمایل پیدا کرده ایم.

اکنون فرصت جبران خسارت و رهایی یافتن از ویرانی گذشته را در اختیار داریم. هر کاری که تا به حال در NA انجام داده ایم، ما را به اینجا سوق داده است. در این مقطع از فرآیند بهبودی، قدم نهم دقیقاً همان چیزی است که مایل به انجام آن هستیم. با قدم های دوازده گانه و کمک نیروی برتر، آوارهایی را که مدت های زیادی در سر راه پیشرفت ما قرار گرفته، کنار می گذاریم؛ آزادی لازم برای زندگی را به دست آورده ایم.



فقط برای امروز: فرصت اصلاح زندگی خود را غنیمت می شمارم. رهایی از ویرانی گذشته خود را تجربه می کنم.