

فقط برای امروز

۵ فروردین

من نمی توانم، اما ما می توانیم

«از انزوای اعتیاد خود، به انجمنی از افراد رسیدیم که دارای پیوند مشترکی هستند... ایمان، قدرت و امید ما از افرادی نشأت میگیرد که بهبودی خود را به مشارکت می گذارند...»

کتاب پایه



عدم پذیرش ضعف، مخفی کردن همه کمبودها، انکار شکست، تنها پیش رفتن—اینها اعتقاداتی بود که بسیاری از ما از آن پیروی می کردیم. بر خلاف همه شواهدی که وجود داشت، انکار کردیم که در برابر اعتیاد خود عاجز هستیم و زندگی مان غیر قابل اداره شده است. بسیاری از ما بدون اطمینان از وجود چیزی که ارزش تسلیم شدن را دارد، تسلیم نمی شدیم. بسیاری از ما تنها زمانی قدم اول خود را طی کردیم که در معتادان گمنام شواهدی را مبنی بر بهبودی معتادان در اختیار داشتیم.

در NA افراد دیگری را پیدا می کنیم که در شرایط سخت یکسانی به سر برده اند، نیازهای یکسانی داشته اند و ابزاری مؤثر برای خود یافته اند. این معتادان تمایل دارند این ابزار را با ما در میان بگذارند و در هنگام فراگیری نحوه استفاده از آنها، در صورت نیاز ما را از نظر عاطفی حمایت می کنند. معتادان در حال بهبودی اهمیت کمک به دیگران را می دانند، زیرا زمانی نیز به آنها کمک شده است. وقتی به بخشی از معتادان گمنام تبدیل می شویم، به جامعه ای از معتادان مانند خود می پیوندیم، گروهی از افراد که می دانیم برای دستیابی به بهبودی به یکدیگر کمک می کنیم.



فقط برای امروز: به پیوند بهبودی ملحق می شوم. تجربه، قدرت و امید مورد نیاز خود را در انجمن معتادان گمنام به دست می آورم.