

فقط برای امروز

۶ خرداد

رویارویی با چالش های روزمره

«...تصمیم به درخواست کمک از خداوند، بزرگترین منبع قدرت و شهامت ماست.»

کتاب پایه



چالش چیزی است که به ما برای موفقیت جرأت می دهد. چیزهای جدید و ناآشنا صرف نظر از اینکه به نظر ما خوب یا بد برسند، به عنوان چالش عمل می کنند. ما با موانع و تضادهای درونی و بیرونی خود در چالش هستیم. چیزهای جدید و دشوار، موانع و تضادها همگی بخشی از "زندگی آن طور که هست" هستند. پاک زندگی کردن به معنای آموختن شیوه رویارویی با چالش هاست.

بسیاری از ما آگاهانه یا ناآگاهانه برای رویارویی با چالش ها مواد مصرف می کردیم. بسیاری از ما از شکست و موفقیت به یک اندازه واهمه داشتیم. هر بار که از رویارویی با چالش های روزمره خودداری می کردیم، از کمبود احترام به نفس رنج می بردیم. برخی از ما احساس شرم خود را پنهان می کردیم. هر بار که این کار را انجام می دادیم، در رویارویی با چالش های خود حتی ناتوان تر هم می شدیم و احتمال بیشتری وجود داشت که به مصرف روی آوریم.

با انجام برنامه NA ابزار مورد نیاز برای رویارویی موفقیت آمیز با همه چالش های خود را به دست آورده ایم. به نیروی برتر از خود ایمان آورده ایم، نیروی که برای اراده و زندگی ما اهمیت قائل است. از این نیرو خواسته ایم نواقص شخصیتی ما یعنی چیزهایی که زندگی ما را غیر قابل اداره ساخته، برطرف نماید. برای بهبود بخشیدن به ارتباط آگاهانه خود با این نیروی برتر اقدام کرده ایم. از طریق قدم ها، توانایی قطع مصرف مواد و شروع زندگی در اختیار ما گذاشته شده است.

هر روز با چالش های جدیدی روبرو می شویم. هر روز از طریق انجام برنامه بهبودی، لطف و عنایت لازم برای رویارویی با این چالش ها به ما ارزانی می شود.



فقط برای امروز: از نیروی برتر خود برای رویارویی مستقیم با چالش امروز کمک می خواهم.