

فقط برای امروز

۷ خرداد

همان طور که درک می کنیم

«زندگی خود را بررسی کردیم و به اینکه واقعاً چه کسی هستیم، پی بردیم. فروتنی واقعی به معنای این است که بپذیریم خود باشیم و بدین منظور صادقانه تلاش کنیم.»

کتاب پایه



در دوران مصرف، مقتضیات بیماری ما شخصیت ما را تعیین می کرد. ممکن بود برای به دست آوردن "مواد مخدر" به هر کس یا چیزی که لازم بود تبدیل شویم. ماشین های بقا بودیم، به طوری که با همه شرایط دوران مصرف به راحتی سازگار می شدیم.

وقتی بهبودی خود را آغاز کردیم، قدم در زندگی جدید و متفاوتی نهادیم. بسیاری از ما درباره اینکه چه رفتاری برای ما در چه شرایطی مناسب است، عقیده ای نداشتیم. برخی از ما طرز صحبت کردن با مردم، لباس پوشیدن یا رفتار کردن در مکان های عمومی را نمی دانستیم. نمی توانستیم خود باشیم، زیرا دیگر خود را نمی شناختیم.

قدم های دوازده گانه روش ساده ای را برای شناخت واقعی خویشتن ارائه می دهد. از ویژگی های مثبت و نواقص خود، از چیزهایی که درباره خود دوست داریم و چیزهایی که از آنها خیلی رضایت نداریم، پرده برمی داریم. از طریق نیروی التیام بخش قدم های دوازده گانه به تدریج پی می بریم افرادی هستیم که توسط نیروی برتری که درک می کنیم برای اینکه خودمان باشیم، خلق شده ایم. التیام واقعی وقتی شروع می شود که درک کنیم اگر نیروی برتر، ما را بدین گونه خلق کرده، پس اشکالی ندارد کسی باشیم که واقعاً هستیم.



فقط برای امروز: از طریق کارکرد قدم ها می توانم آزادی خود بودن را تجربه کنم، یعنی فردی باشم که نیروی برترم خواسته است.