

فقط برای امروز

۱۴ شهریور

نه آنقدر وخیم و علاج ناپذیر

«متوجه می شویم که از یک بیماری رنج می بریم، نه از یک معضل اخلاقی. شدیداً بیمار بودیم، ولی نه آنقدر وخیم و علاج ناپذیر.»

کتاب پایه



برای بسیاری از ما، معتادان گمنام راه حل یک معمای شخصی بسیار قدیمی بود. متعجب هستیم چرا همیشه حتی در میان یک جمع هم احساس تنهایی می کرده ایم؟ چرا کارهای احمقانه و خودنابودکننده بسیار زیادی انجام دادیم؟ چرا اکثر اوقات درباره خود احساس بسیار بدی داشتیم؟ و چگونه زندگی ما این قدر آشفته شد؟ فکر می کرده ایم وضعیت ما وخیم و علاج ناپذیر است یا شاید عدم سلامت عقل ما درمان نشدنی است.

با این حساب، وقتی فهمیدیم از یک بیماری رنج می بریم، آرامش زیادی پیدا کرده ایم: بیماری اعتیاد که منبع مشکلات ما بود. فهمیدیم که یک بیماری درمان پذیر است. وقتی بیماری خود را درمان کنیم، می توانیم به تدریج بهبود پیدا کنیم.

امروز، وقتی شاهد آشکار شدن مجدد علائم این بیماری در زندگی خود هستیم، نباید نومید شویم. از این گذشته، این بیماری درمان پذیر است و معضلی اخلاقی نیست. می توانیم از اینکه قادر به بهبودی از بیماری اعتیاد از طریق به کارکرد قدم های دوازده گانه NA هستیم، سپاسگزار باشیم.



فقط برای امروز: از اینکه بیماری من درمان پذیر است و معضلی اخلاقی نیست، سپاسگزارم. از طریق تمرین برنامه NA درمان بیماری اعتیاد را ادامه می دهم.