

# فقط برای امروز

## ۱۸ خرداد

### تنها لازمه

«این برنامه امید عرضه می کند. تنها چیزی که باید به همراه بیاورید تمایل به قطع مصرف و امتحان این شیوه جدید زندگی است.»

جزوه خطاب به تازهوارد



گاهی اوقات از اینکه آیا در معتادان گمنام "درست عمل می کنیم" متحیر می شویم. آیا در جلسات به قدر کافی حضور پیدا می کنیم؟ آیا از راهنما کمک می گیریم یا قدم ها را کار می کنیم یا به روش "درستی" صحبت می کنیم، می خوانیم و یا زندگی می کنیم؟ ما برای انجمن معتادان در حال بهبودی ارزش قائل می شویم — نمی دانیم بدون این انجمن چه کار کنیم. چه می شود اگر شیوه انجام برنامه "اشتباه" باشد؟ آیا این امر از ما اعضای NA "بدی" می سازد؟

با مرور سنت سوم که به ما اطمینان می دهد «تنها لازمه عضویت، تمایل به قطع مصرف است»، می توانیم نامی های خود را سامان دهیم. قوانینی وجود ندارد که بگوید باید در بسیاری از فلان جلسات یا این جلسات ویژه شرکت کنیم یا قدم ها را بدین طریق و با این سرعت کار کنیم یا برای اینکه به عنوان اعضای NA در جایگاه خوبی قرار بگیریم طوری زندگی کنیم که فلان افراد راضی باشند.

درست است اگر مایل به دستیابی به همان بهبودی هستیم که در اعضایی که به آنها احترام می گذاریم مشاهده می کنیم، باید همان برنامه ای که بهبودی آنها را ممکن ساخته، انجام دهیم. اما NA انجمن آزادی است؛ برنامه را به بهترین نحوی که برای ما و نه برای فرد دیگر مناسب است، انجام می دهیم. تنها لازمه عضویت، تمایل به قطع مصرف است.



فقط برای امروز: به برنامه ای که انجام می دهیم در پرتو بهبودی خود نگاه می کنم. این برنامه را تا حداکثر توان خود انجام می دهیم.