فقط برای امروز
۱۹ آبان

ترس یا ایمان؟

«مهم نیست چقدر دویدیم، در هر حال همواره ترس را به همراه داشتیم.»

کتاب پایه

قبل از اینکه به معتادان گمنام بپاییم، ترس برای بسیاری از ما عاملی همیشگی بود. به این خاطر مصرف می کردیم که از احساس درد عاطفی یا جسمانی واهمه داشتیم. ترس از افراد و موقعیت ها، بهانه راحتی را برای مصرف مواد به ما می داد. تعدادی از ما آن چنان از همه چیز واهمه داشتیم که حتی نمی توانستیم بدون مصرف منزل را ترک کنیم.

وقتی پاک می مانیم، ترس خود را با اعتقاد به انجمن، قدم ها و نیرویی برتر جایگزین می کنیم. وقتی این اعتقاد رشد می کند، به تدریج ایمان ما به معجزه بهبودی، همه جنبه های زندگی ما را تحت تأثیر قرار می دهد. رفته رفته متوجه تغییر خود می شویم. می فهمیم که موجودات روحانی هستیم و سعی می کنیم بر اساس اصول روحانی زندگی کنیم.

به کارگیری اصول روحانی به ما در از میان برداشتن ترس از زندگی خود کمک می کند. با امتناع از رفتار آسیب زننده یا غیر قانونی با مردم، متوجه می شویم لازم نیست بترسیم از اینکه در عوض چه رفتاری با ما می شود. وقتی عشق، همدردی، درک و صبر را در روابط خود با دیگران به کار می گیریم، در عوض با احترام و توجه با ما رفتار می شود. متوجه می شویم این تغییرات مثبت نتیجه این است که به نیروی برتر خود اجازه داده ایم بر ما تأثیر بگذارد. به این باور می رسیم—نه تصور، بلکه باور—که نیروی برتر فقط بهترین را برای ما می خواهد. صرف نظر از شرایط متوجه می شویم می توانیم به جای ترس با ایمان قدم برداریم.

فقط برای امروز: دیگر لازم نیست با ترس بدوم، بلکه می توانم با ایمان به اینکه نیروی برتر بهترین را برای من می خواهد، قدم بردارم.