

فقط برای امروز

۲۱ فروردین

بسیار پرمشغله

«از آنچه می آموزیم باید استفاده کنیم، وگرنه صرف نظر از مدت زمان پایی خود آن را از دست می دهیم.»

کتاب پایه



پس از گذراندن مدتی از دوران پایی خود، برخی از ما تمایل داریم مهم ترین اولویت خود را فراموش کنیم. یکبار در هفته یا کمتر می گوییم: «امشب مجبورم به جلسه بروم...» درگیر مسائل دیگری شده ایم که مطمئناً مهم هستند، ولی نه بیشتر از ادامه شرکت ما در معتادان گمنام.

این امر به تدریج اتفاق می افتد. شغل پیدا می کنیم. مجدداً به خانواده خود ملحق می شویم. فرزندان را بزرگ می کنیم، سگ ما مریض است و احتیاج به مداوا دارد یا امشب قرار است به مدرسه برویم. خانه به نظافت نیاز دارد. چمن اطراف خانه باید کوتاه شود. باید تا دیروقت کار کنیم. خسته هستیم. امشب نمایش خوبی بر روی صحنه تئاتر اجرا می شود. ناگهان متوجه می شویم با راهنما تماس نگرفته ایم، در جلسه شرکت نکرده ایم، با تازه واردی صحبت نکرده ایم یا حتی مدتی است با خداوند راز و نیاز نکرده ایم.

در این موقع چه کار باید کنیم؟ خب، یا میثاق خود را نسبت به بهبودی تجدید می کنیم و یا به پرمشغله بودن در دوران بهبودی ادامه می دهیم تا اینکه اتفاقی روی دهد و زندگی ما غیر قابل اداره شود. کاملاً یک انتخاب است! بهترین شانس ما این است که بیشتر انرژی خود را در جهت حفظ اساس بهبودی خود که زندگی ما بر آن استوار است، صرف کنیم. این اساس هر چیز دیگر را ممکن می سازد و اگر نسبت به هر چیز دیگر مشغولیت زیادی پیدا کنیم، مطمئناً از هم خواهد پاشید.



فقط برای امروز: نمی توانم در دوران بهبودی خود بسیار پرمشغله باشم.
امروز کاری را انجام می دهم که موجب حفظ بهبودی ام شود.