

فقط برای امروز

۲۴ تیر

روابط با دیگران

«فهرستی از همه افرادی که به آنها صدمه زده بودیم،
تهیه کردیم و برای جبران خسارت وارده به همه آنها تمایل پیدا کردیم.»

قدم هشتم



همه انسان ها با خودمحموری در کشمکش هستند. خودمحموری مزمنی که درست در مرکز اعتیاد ما قرار دارد، این کشمکش را برای افرادی نظیر ما دشوارتر می سازد. بسیاری از ما طوری زندگی کرده ایم که انگار معتقدیم آخرین افراد روی زمین هستیم و نسبت به تأثیری که رفتار ما بر اطرافیان ما گذاشته است، کاملاً بی توجه هستیم.

قدم هشتم فرآیندی است که این برنامه در اختیار ما گذاشته تا روابط گذشته خود را صادقانه بررسی کنیم. بر دست نویس هایی که در قدم چهارم برای شناسایی اثرات اعمال خود بر دیگران در زندگی خود تهیه کردیم، نگاهی می اندازیم. وقتی صدمه ای را که به برخی از این افراد زده ایم، تشخیص می دهیم، از طریق جبران خسارات وارده به آنها، برای پذیرفتن مسئولیت اعمال خود تمایل پیدا می کنیم.

افراد مختلفی در طول روز می بینیم و کیفیت روابط ما با آنها تا حد زیادی کیفیت زندگی ما را تعیین می کند. عشق، شوخی، هیجان، مهربانی—چیزهایی که به زندگی ما ارزش می دهد، بیشتر از طریق مشارکت با دیگران معنا پیدا می کنند. با فهم این موضوع می خواهیم ماهیت واقعی روابط خود را با سایر افراد کشف کنیم و هر نقصی که در این روابط پیدا می کنیم، اصلاح نماییم. می خواهیم قدم هشتم را انجام دهیم.



فقط برای امروز: می خواهیم از مصاحبت با دوستان خود در انجمن کاملاً لذت ببریم. روابط خود با دیگران را در زندگی بررسی می کنیم. هر جا که متوجه صدمه زدن به دیگران می شوم، برای جبران خسارت وارده به آنها تمایل پیدا می کنم.