

فقط برای امروز

۲۶ شهریور

گذشتن از قدم پنجم

«شاید تصور کنیم با نوشتن درباره گذشته خود به قدر کافی کار خود را انجام داده ایم. نمی توانیم تاوان این اشتباه را بپردازیم.»

کتاب پایه



برخی از ما در قدم چهارم خود به نوشتن چندان علاقمند نیستیم؛ برخی دیگر نیز آن را یک عمل گزاف و افراطی در نظر می گیریم. به خاطر ابراز نگرانی فزاینده راهنما، بارها و بارها از خود ترازنامه تهیه می کنیم. به همه چیزهایی که باید درباره علت وضعیت گذشته خود بدانیم، پی می بریم. بر این عقیده هستیم که فکر کردن، نوشتن و صحبت کردن درباره گذشته کافیست. به هیچ یک از توصیه های راهنما جهت آمادگی کامل برای رفع نواقص خود یا جبران خسارت صدماتی که به بار آورده ایم، گوش نمی دهیم. صرفاً درباره این نواقص بیشتر می نویسیم و دیدگاه های تازه خود را با خوشحالی در میان می گذاریم. سرانجام راهنما که از دست ما خسته شده، در حالت دفاع از خود از ما عقب نشینی می کند.

اگرچه این ماجرا ممکن است افراطی به نظر رسد، اما بسیاری از ما خود را در چنین موقعیتی یافته ایم. فکر کردن، نوشتن و صحبت کردن درباره خطاهای خود موجب شد احساس کنیم همه قضیه را تحت کنترل خود داریم. اما دیر یا زود فهمیدیم که در مشکلات خود سردرگم شده ایم و راه حل آنها در معرض دید ما نیست. می دانستیم اگر بخواهیم زندگی خود را تغییر دهیم، باید از قدم پنجم عبور کنیم و برنامه خود را ادامه دهیم. برای اینکه نیروی برتر نواقص شخصیتی ما را که از آنها کاملاً آگاه شده بودیم، برطرف نماید، تلاش خود را برای پیدا کردن تمایل شروع کرده ایم. خساراتی را که در اثر عمل کردن بر اساس این نواقص به دیگران وارد کرده بودیم، جبران نمودیم. تنها پس از انجام این کار آزادی حاصل از بیداری روح خود را تجربه کرده ایم. امروز، دیگر قربانی نیستیم؛ برای پیشرفت در مسیر بهبودی خود آزاد هستیم.



فقط برای امروز: قدم های چهارم و پنجم اگرچه لازم هستند، اما به تنهایی بهبودی عاطفی و روحانی را موجب نمی شوند. این قدم ها را کار می کنم و سپس بر اساس آنها عمل می کنم.