

# فقط برای امروز

## ۲۸ فروردین

### اولویت: جلسات

«ابتدا احساس می‌کردم شرکت در بیش از یک یا دو جلسه در هفته غیر ممکن است. این کار در برنامه پرمشغله من نمی‌گنجید. بعدها پی بردم اولویت‌های من [۱۸۰] درجه برعکس شده است. پس همه چیزهای دیگر باید خود را با برنامه جلسات من مطابقت می‌دادند.»

### کتاب پایه



برخی از ما وقتی برای اولین بار به معنای گمنام آمدیم، به ندرت در جلسات حضور می‌یافتیم و بعد تعجب می‌کردیم چرا نمی‌توانیم پاک بمانیم. آنچه به زودی آموختیم این بود که اگر می‌خواهیم پاک بمانیم باید شرکت در جلسات را اولویت خود قرار دهیم. بنابراین دوباره شروع کردیم. با پیروی از پیشنهاد راهنمای خود، متعهد شدیم که در نود جلسه طی نود روز حضور یابیم. در سی روز اول خود را به عنوان تازه وارد معرفی کردیم تا دیگران بتوانند با ما آشنا شوند. با راهنمایی راهنمای خود از صحبت کردن طولانی دست برداشتیم تا گوش دادن را یاد بگیریم. به زودی چشم‌اندازی برای شرکت در جلسات را آغاز کردیم و شروع به پاک ماندن کردیم.

امروز، به دلایل مختلفی در جلسات شرکت می‌کنیم. گاهی برای به مشارکت گذاشتن تجربه، توانایی و امید با اعضای جدیدتر به جلسات می‌رویم. گاهی برای دیدن دوستان خود به آنجا می‌رویم و گاهی فقط به این خاطر که به در آغوش گرفتن کسی نیاز داریم، به آنجا می‌رویم. گهگاهی جلسه‌ای را ترک می‌کنیم و متوجه می‌شویم که واقعاً به یک کلمه از چیزی که گفته شده، گوش نداده‌ایم—اما هنوز هم احساس بهتری داریم. جو شادمانی و عشقی که جلسات ما را پر می‌کند، ما را برای یک روز دیگر، پاک نگاه داشته است. مهم نیست برنامه ما چقدر پرمشغله است، در هر حال حضور در جلسات را اولویت خود قرار می‌دهیم.



فقط برای امروز: از ته دل می‌دانم شرکت در جلسات به طرق مختلفی به من سود می‌رساند. امروز، خواهان چیزهایی هستم که برای من مفید است. در جلسه‌ای حضور می‌یابم.