

فقط برای امروز

۲۸ اسفند

پیام کامل

«وقتی معتمدان به وجود افراد دیگری پی می برند که در مشکلات حال و گذشته خود با آنها شریک هستند، احساس خاصی به آنها دست می دهد.»

کتاب پایه



ثروت بهبودی آنقدر خوب است که آن را فقط برای خود حفظ نکنیم. برخی از ما معتقدیم که وقتی در جلسات صحبت می کنیم، «باید تازه وارد را به خاطر داشته باشیم» و همواره سعی کنیم حامل پیام مفیدی باشیم. اما گاهی اوقات مفیدترین پیامی که می توانیم برسانیم این است که ما دوران سخت بهبودی خود را سپری می کنیم و با این وجود پاک می مانیم!

بله، ارسال پیام قطعی امید به اعضای جدیدتر، رضایت بخش است. از این گذشته، هیچ کس فرد شکوه کننده را دوست ندارد. اما مسائل دردرسرفرین اتفاق می افتد و زندگی آن طور که هست، می تواند امواج تکان دهنده را حتی به بهبودی اعضای قدیمی تر معتمدان گمنام نیز ارسال کند. اگر به ابزار برنامه مجهز شویم، می توانیم از میان این آشفتگی بگذریم و برای تعریف کردن این ماجرا پاک بمانیم.

بهبودی یک مرتبه اتفاق نمی افتد؛ بلکه فرآیندی مداوم و گاهی به صورت کشمکش است. وقتی با صحبت نکردن درباره دوران سختی که ممکن است در سفر خود از آن عبور کنیم، پیام خود را ناقص می کنیم، تازه واردها را از دریافت اینکه آنها نیز می توانند پاک بمانند، محروم می کنیم. اگر پیام کامل بهبودی خود را در میان بگذاریم، ممکن است ندانیم چه کسی سود می برد، اما می توانیم مطمئن باشیم در نهایت کسی سود خواهد برد.



فقط برای امروز: دوران خوب و سخت بهبودی خود را صادقانه در میان می گذارم. به خاطر دارم که تجربه من در عبور از سختی ها ممکن است برای عضو دیگری مفید باشد.