

فقط برای امروز

۲۹ تیر

قدم اول

«ما اقرار کردیم که در برابر اعتیاد خود عاجز بودیم و زندگی ما غیر قابل اداره شده بود.»

قدم اول



قدم اول با "ما" شروع می شود و دلیلی هم دارد. در اقرار زبانی عجز، قدرت فوق العاده ای وجود دارد. وقتی به جلسات می رویم و این اقرار را انجام می دهیم، چیزی فراتر از قدرت شخصی به دست می آوریم. به یکی از اعضا که بخشی از "ما"ی دسته جمعی است، تبدیل می شویم و این امر به ما این امکان را می دهد با یکدیگر از اعتیاد بهبودی پیدا کنیم. عضویت در NA گنجینه ای از تجربه را در اختیار ما قرار می دهد: تجربه سایر معتادانی که راهی برای بهبودی از بیماری خود یافته اند.

دیگر نباید به تنهایی سعی در حل معمای اعتیاد خود کنیم. وقتی عجز خود در برابر اعتیاد را صادقانه اقرار می کنیم، می توانیم جستجوی شیوه بهتری از زندگی را آغاز کنیم. در جستجوی خود تنها نخواهیم بود. ما در جمع خوبی هستیم.



فقط برای امروز: روز خود را با اقرار عجز خود در برابر اعتیاد شروع می کنم. به خود یادآور می شوم که قدم اول با "ما" شروع می شود و می دانم که هرگز دوباره مجبور نیستم با بیماری خود تنها باشم.