

توجه به پیام NA

هر یک از ما چیزی برای ارائه داریم. ما نیازی به دیدن دوره تخصصی جهت رساندن پیام نداریم، فقط لازم است مراقب باشیم.

اصول راهنما، سنت هشت، پیشگفتار

همه ما چیزی برای بخشیدن به NA داریم و برای این کار نیازی به تخصص نداریم. NA دانشگاه نیست که کلاس درس داشته باشد مثلاً کلاس مبانی مشارکت، راهنمای پیشرفته یا سمیناری برای تحصیلات تکمیلی در موضوع ساختار کمیته بیمارستان‌ها و زندان‌ها. ما همانطور که به مسیرمان ادامه می‌دهیم در حال یادگیری هستیم. بعضی از ما به همان روش راهنمای مان، راهنمای دیگران می‌شویم یا روش خودمان را ابداع می‌کنیم. ما معتادان در حال بهبودی یا راهنما یا خدمتگزاران مورد اعتماد حرفه‌ای نیستیم. ما به آنچه دیگران انجام می‌دهند، توجه می‌کنیم. با راهنما و نیروی برترمان مشورت می‌کنیم و به دقت به ندای درون‌مان گوش می‌دهیم. این همان ارزش درمانی کمک یک معتاد به معتاد دیگر است.

توجه به اطراف‌مان برای ما آسان به نظر می‌رسد. در زندگی گذشته آگاهی از آنچه در اطراف‌مان می‌گذشت، برای بقای ما لازم بود. ما همیشه مراقب پشت سر خود بودیم، دیگران را زیر نظر داشتیم و هر کاری لازم بود، انجام می‌دادیم تا خودمان را از اوضاع وخیمی که در آن گرفتار شده بودیم نجات دهیم. همان مهارت‌ها امروز به ما کمک می‌کنند تا افراد جلسه را بشناسیم. ما می‌توانیم ببینیم کجاها به کمک ما نیاز است: آیا کسانی هستند که قبل از شروع جلسه تنها نشسته باشند؟ به آنها خوشآمد بگو! ایا منشی برای پخش پمفلت‌ها کمک می‌خواهد؟ انجام شد! شاید مهمترین قسمت این است که وقتی ما در حال مشارکت با دیگر معتادان هستیم به اطراف‌مان توجه کنیم. ما واقعاً به مشارکت دیگران گوش می‌دهیم به جای اینکه حدس بزنیم که دیگران نیاز دارند از ما چه چیزی بشنوند. ما فقط باید به سادگی گوش دهیم. وقتی انگیزه‌مان به این صورت باشد، تجربه مرتبط خود را به مشارکت می‌گذاریم. هنگامی که حضور داریم و به فرآیند جاری توجه می‌کنیم می‌فهمیم که نیازی به کنترل کردن نیست. فروتنی، مصلحت‌اندیشی و توجه - به داشته‌های خود و نیازهای اطرافیان‌مان - به ما در تصمیم‌گیری بهتر کمک می‌کنند.

از آنجایی که چیزی بنام معتاد در حال بهبودی حرفه‌ای وجود ندارد، من بهترین سعی‌ام را می‌کنم تا پیام را به روش NA برسانم. من این کار را با توجه به نیازهای NA و به خصوص معتادانی که هنوز در حال عذاب هستند، انجام خواهم داد.