

تمایل ما را به پیش می‌راند

ما وقتی که تازه شروع می‌کنیم تا به بهبودی فکر کنیم، خیلی از ما واقعاً اعتقاد نداریم که بهبودی برای ما نیز امکان دارد، یا اینکه اصلاً نمی‌توانیم درک کنیم عملکرد آن چگونه است اما در هر صورت قدم يك را آغاز می‌نمائیم این اولین تجربه ما در رابطه با تمایل خواهد بود.

راهنمای کارکرد قدم، قدم یک، "اصول روحانی"

در اوایل مواجهه با NA بسیاری از ما معتقد بودیم که پرهیز صرف، کافی است. زمانی که یک عضو از ما می‌پرسد که آیا هنوز شروع به کار کردن با یک راهنما کرده‌ایم در پاسخ می‌گوییم: "من مصرف نمی‌کنم و اوضاع خوب است. دیگه نیاز به کارکرد قدم و راهنما و این حرف‌ها ندارم."

آن عضو می‌پرسد: "آیا در گذشته تمایل نداشتی کارهایی را که دوست نداری انجام دهی تا اعتیاد تو تأمین شود؟ پس چرا از همین منطق برای پاک ماندن استفاده نمی‌کنی و شروع به مطالعه درباره قدم یک نمی‌کنی؟" فکر ما می‌گوید این مسائل مشابه یکدیگر نیستند ما می‌دانستیم که نشئه شدن چه حالی می‌دهد اما نمی‌دانیم قدم یک قرار است برای ما چه کاری انجام دهد. اما آن را بر زبان نمی‌آوریم زیرا می‌دانیم آن عضو حتماً جوابی آماده دارد.

آن عضو موضوع را عوض می‌کند و می‌گوید: "خوب، باشه. اما این سؤال مرا جواب بده: آیا تمایل داری که تمایل داشته باشی؟" معلوم است که تمایل داریم زیرا به شرکت در جلسات ادامه داده‌ایم.

اکثر ما این تمایل را برای شروع مرحله بعدی سفر خود پیدا می‌کنیم. برخی از ما خیلی اثربخشی بهبودی در زندگی دیگر اعضاء را تشخیص دادیم و خیلی فعالانه خواهان حرکت رو به جلو شدیم، و تمایل داشتیم برای رسیدن به آن هر کاری انجام دهیم. برای بعضی دیگر از ما تمایل زمانی به وجود آمد که ناراحتی‌ها و مشکلات ما از مقاومت مان پیشی گرفت. و در بعضی دیگر از ما پس از اینکه از برنامه دور شدیم و مدت بیشتری مصرف کردیم این تمایل پیش آمد.

کارکرد قدم یک مانند نگاه کردن مستقیم به آینه‌ای است که آشفتگی‌های ما را نشان می‌دهد و احساسات شدید ما را بر می‌انگیزد. احساساتی مانند، شرم، تأسف، ندامت، خشم، ترس، شک و تردید. در این رابطه یک عضو می‌گفت: "گذشته می‌تواند مانند وزنه‌ای بر دوش ما باشد و یا سوختی جهت حرکت مان." دیگر نمی‌خواهیم تا توسط این وزنه زمین گیر شویم، بنابراین تمایل پیدا می‌کنیم تا این وزنه‌ها را شناسایی کنیم. ما یاد می‌گیریم تا چگونه دردهای گذشته را تبدیل به سوخت کنیم، و از این سوخت استفاده می‌کنیم تا در راه خود به سوی آزادی به پیش رویم.

من نمی‌خواهم فقط پرهیز کنم من به دنبال بهبودی هستم. من تمایل دارم که قدم یک را شروع کنم یا هر وقت لازم باشد دوباره به آن رجوع کنم، تا سوختی باشد برای بهبودی من.