

خدمت به عنوان ابراز عشق و سپاس

خدمت رابطه‌ما با زندگی خودمان را نیز تغییر می‌دهد. ما یاد می‌گیریم تا عشق و سپاسگزاری را به عمل درآوریم، و زمانی که احساسات خوب خود را بسیج می‌کنیم، این احساسات راه خود را در تمام امور زندگی مان پیدا می‌کنند.

پاک زیستن، فصل ۷، "خدمت"

کتاب پایه به ما می‌گوید که: "ما فقط با در میان گذاشتن آن چه که داریم می‌توانیم آن را حفظ کنیم." این برای ما به عنوان یک فرد همان قدر واقعیت دارد که برای NA به طور کل. زمانی که ما تجربه خود را با اعضاء جدید در میان می‌گذاریم به خودمان نیز یادآوری می‌شود که از کجا آمده‌ایم و دقیقاً تا چه حد پیشرفت کرده‌ایم ما برای بهره‌برداری از مزایای خدمت، نیاز به پاک‌سازی طولانی مدت نداریم. یکی از اعضاء مشارکت می‌کرد که: "راهنمایم به من یاد داد که در هر جلسه که شرکت می‌کنم خودکاری به همراه داشته باشم تا بتوانم شماره تلفن خود را به تازه‌واردان بدهم. من گفتم که «من خودم تازه‌وارد هستم» که راهنمایم گفت: اما ۳۰ روز بیشتر از کسی که برای اولین بار وارد جلسه می‌شود پاک‌سازی می‌کرد که: "من فقط جای و قهوه درست نمی‌کردم، بلکه در همان حال دوستان جدیدی پیدا می‌کردم که باعث می‌شد خود را جزئی از گروه خانگی‌ام به حساب آورم." بخشش از خود، باعث می‌شود تا احساس تعلق خاصی به ما دست دهد. این حس خوبی است که ما خواهان تجربه بیشتر آن هستیم. ما در حین خدمت عشق و سپاس را به عمل تبدیل می‌کنیم.

ما بر انتقال پیام تمرکز می‌کنیم و اجازه می‌دهیم جزئیات دیگر مانند - زندگی، جلسات، و ذهن ما - در زمان خود مشخص شوند. تعهد مشترک ما به خدمت، کمک می‌کند تا ما صدای یکدیگر را بشنویم و تصمیم بگیریم تا باور کنیم که همگی ما بیشترین سعی خود را در خدمت می‌کنیم. ما عاشق NA هستیم و به خدمت به آن ادامه می‌دهیم، حتی زمانی که بر سر بهترین روش خدمت تفاهم نداریم ما به فضای پرنشاط و دوست داشتنی بهبودی در جلسات خود کمک می‌کنیم و در تلاش‌های توأم با گمنامی بسیاری شرکت می‌کنیم تا کارها انجام شود. ما زودتر به جلسه می‌رویم تا به چهره‌های جدید خوشآمد بگوئیم یا بعد از جلسات می‌مانیم تا اتاق جلسه را تمیز کنیم و صندلی‌ها را مرتب نمائیم. هر یک از این اعمال بیانگر سپاسگزاری است.

ما این طرز فکر را با خود به خارج از NA می‌آوریم. ما توانایی خود برای کمک به دیگران را می‌شناسیم و می‌دانیم که انجام کارهای خوب حس خوبی دارد. ما مقداری از خود مشغولی رها می‌شویم و فرصتی برای تمرین عشق و مهربانی در تمام امور زندگی پیدا می‌کنیم. زمانی که چه درون NA و چه خارج از آن درگیر خدمت می‌شویم، احساس رضایت می‌کنیم.

من توسط خدمت کردن عشق و سپاس خود را در راه یک هدف والاتر ابراز می‌کنم.