

از دست دادن و پیدا کردن خود در خدمت

ما دقیقاً خود واقعی مان را زمانی می‌شناسیم که خود را در راه خدمت به دیگران فراموش کنیم.

پاک زیستن، فصل ۲، "رابطه با نیروی برتر"

قبل از اینکه وارد NA، شویم زندگی خلاصه می‌شد در "ما همیشه یا مشغول گرفتن و مصرف کردن مواد بودیم و یا به به دنبال راه تهیه‌اش می‌گشتیم." در موارد نادری هم که احساسی در ما ظاهر می‌شد آن را با مصرف مواد بیشتر خنثی می‌کردیم عادت جستجوی چیزی خارج از خود جهت تغییر حس و حال درونی مان ما را در بهبودی نیز دنبال می‌کند. ترازنامه ما نشان می‌دهد که چگونه نقص‌های مبتنی بر ترس ما وارد عمل می‌شوند وقتی که سعی می‌کنیم از خود محافظت کنیم یا از رنج و ناراحتی اجتناب نماییم. به جای تلاش برای مبارزه با زندگی برای به دست آوردن شادی و نشاط یاد می‌گیریم صبور و قوی باشیم، به زمان فرصت بدهیم و حتی با عدم اطمینان زندگی کنیم. اگر چه گاهی اوقات وسوسه می‌شویم هر نوع درماندگی و مشکلی را کنترل یا دستکاری کنیم، اما خدمت می‌تواند جایگزین بهتر و سالم‌تری به ما ارائه کند. خدمت به ما امکان می‌دهد تا از افکار خود خارج شویم و وارد عمل گردیم، از چیدن صندلی جلسات تا صحبت با یک تازه‌وارد، خدمت هر چه که باشد ما را در لحظه نگه می‌دارد. یکی از اعضاء این مسئله را این گونه بیان می‌کرد: "بودن در همین جا و همین لحظه یک آسایش خیال است. حتی زمانی که زندگی شخصی ما طوفانی است، خدمت ما به دیگران ما را در زمان حال نگه می‌دارد."

خدمت می‌تواند بهترین‌ها را برای ما به ارمغان آورد و به ما کمک می‌کند تا بفهمیم چه کسی هستیم، یا چه کسی می‌خواهیم باشیم. صرف نظر از اینکه در زندگی ما چه می‌گذرد، برای حمایت از یکدیگر و انجام تعهدات مان آماده هستیم. متوجه می‌شویم قابل اتکا و قابل اعتماد شده‌ایم. ما محبت را تمرین می‌کنیم و مهربان‌تر می‌شویم. ما بدون قضاوت به دیگران گوش می‌دهیم و کمتر قضاوت کننده می‌شویم. یک عضو به خاطر می‌آورد که: "من تازه‌واردی را زیر بال و پر گرفتم و اصرار داشتم زندگیش را نجات دهم، که در اثر آن زندگی خودم نیز شکوفا شد و بهترین‌ها را تجربه کردم در حالیکه از این تازه‌وارد نیز حمایت می‌کردم." در انجمن از این دست اتفاقات زیاد رخ می‌دهد. ما نگرانی‌های خود را کنار می‌گذاریم تا به دیگران خدمت کنیم که باعث می‌شود توانایی‌های خود را به یاد آوریم. این پرسش از دیگران که "چگونه می‌توانم به تو کمک کنم" ما را در شرایط رشد شخصیتی قرار می‌دهد. وقتی خدمت می‌کنیم اعتماد به نفس، رضایت و بهترین جنبه‌های هویت خود را پیدا می‌کنیم.

من اجازه می‌دهم تا اصل خدمت مرا از افکار خود محورانه دور کند و بهترین‌ها را در من بروز دهد. من علائق خودخواهانه خود را کنار می‌گذارم و نهایت سعی خود را در تمرین اصول روحانی خواهم کرد.