

ما آنچه را که می‌توانیم با شکرگزاری می‌بخشیم

هر نوع خدمتی، هر قدر کوچک نوعی اعانه است که نشان دهنده تعهد و سپاسگزاری ما است.

اصول راهنما، سنت ۷، "کلمه به کلمه"

اوایل سنت هفت برای اکثر ما گیج کننده بود. سبد پول به گردش در می‌آید و عکس‌العمل‌های ما با هم متفاوت است، از سر تعجب (فکر می‌کردیم این برنامه رایگان است)، از سر احساس گناه (چون چیزی نداریم که داخل سبد بیندازیم)، از سر شرم (دیگران می‌بینند ما چیزی نداریم)، از سر مقاومت (حال مجبوریم؟)، از سر خشم (ا.. نه)

بعد از مدتی ما مفهوم سنت هفت را درمی‌یابیم و بابت اعانات خود که نشانه شکرگزاری، و تعهدمان نسبت به خود اتکالی است، قدردان هستیم. ما آنچه را که می‌توانیم و هر زمان که امکان دارد، نه فقط توسط پول بلکه با مهارت، اشتیاق، هم‌دلی و زمان به اشتراک می‌گذاریم و این بخشش گاه بیش از آن است که ما تصور می‌کردیم. و همچنین متوجه می‌شویم که چگونه اعانات ما در NA نشان دهنده تعهدمان نسبت به برنامه و قدردانی از تأثیر آن بر زندگی ما است.

فراتر از سبد پول، بعضی چیزها معنای بیشتری دارند، مثل وسوسه آن خدمتی که نیاز به انتخابات دارد و به ما یک عنوان خاص می‌دهد و زمان زیادی را باید صرف آن کرد. یکی از اعضا به درستی این موضوع را مشارکت می‌کرد: "اغلب از ما دربارۀ نیمه پر و یا خالی لیوان می‌پرسند، اما من نگران مقدار آب در لیوان نیستم. فقط می‌خواهم مطمئن شوم که مزه آب خوب است. کیفیت کاری که ما در NA انجام می‌دهیم مهمتر از کمیت آن است. هر ذره‌ای از عشق و قدردانی که ما ارزانی می‌داریم دارای ارزش است."

گاهی کارهایی که با قدردانی و در لحظه انجام می‌دهیم، تأثیری مادام‌العمر بر معتادی دیگر می‌گذارد. مانند: بخاطر سپردن نام یک تازه‌وارد و یا گفتن "به خانه خوش آمدی" به عضوی که از لغزش بازگشته است.

و همین طور یک دسته از کارهای خدماتی هم وجود دارند که ما از آنها استفاده می‌کنیم که ما را مشغول کنند تا بتوانیم ناهنجاری و حشمتناکی که گاه به سراغمان می‌آید را تحمل کنیم. آنها می‌توانند به ما کمک کنند که آنقدر دوام بیاوریم تا جرأت کنیم و از کسی بخواهیم تا راهنمای ما شود. این خدمات ما را مشغول نگه می‌دارد تا آمادگی بغل گرفته شدن توسط دیگر اعضا را پیدا کنیم. در بعضی مواقع همین که قبل و یا بعد از جلسه فعالیت فیزیکی داریم، به ما کمک می‌کند تا احساساتی را که از درونمان در حال فوران است، جمع و جور کنیم. این مشارکت در کارها به طرق مختلف می‌تواند به ما در حمایت از خودمان کمک کند و ما از اینکه آنها ما را از میان لحظات سخت عبور می‌دهند شکرگزار هستیم.

امروز چقدر از زمان، استعداد یا پول خود را می‌توانم به NA اعانه کنم

تا قدردانی خود را نشان دهم؟

چه کاری می‌توانم انجام دهم تا یک معتاد بیشتر احساس کند

که در خانه است، حتی اگر آن معتاد من باشم؟