

تسلیم در برابر روش جدید زندگی

اقرار به عجزمان یک تسلیم است، اقرار به اینکه ما راهکاری برای مشکلات خود نمی‌شناسیم.

پمفلت شماره ۱۷، در دوران بیماری، "بهبودی در NA"

اغلب، وقتی عجز خود را در برابر اعتیادمان اقرار می‌کنیم، اولین باری است که در برابر چیزی تسلیم می‌شویم. اگر چه این یک واقعیت است که ما عادت داشتیم هر روز در مقابل مصرف مواد تسلیم باشیم. بسیاری از ما سعی کردیم تا بدون کمک، پاک شویم و موفق نشدیم. ما نمی‌توانستیم مصرف خود را کنترل کنیم، پس چه چیزی باعث می‌شود فکر کنیم می‌توانیم بهبودی خود را کنترل کنیم؟

ما یکی از بزرگترین تضادها را در NA تجربه می‌کنیم، آن هم زمانی است که از تلاش برای کنترل فرآیند بهبودی خود دست می‌کشیم و تسلیم می‌شویم تا در نتیجه آن به صلح و رهایی برسیم. یکی از اعضا مشارکت می‌کرد: "تسلیم شدن مانند شناور شدن در آب به جای دست و پا زدن در آن است. این یک فرآیند برای رها کردن است."

ما می‌توانیم به آرامی در برابر این روش جدید زندگی تسلیم شویم و اجازه دهیم تجربه دیگر معتادان، راهنمای ما در گام‌های بعدی باشد. تسلیم، به همراه خود یک حس رهایی دارد و آن آرامشی است که در پذیرش عجز وجود دارد. هنگامی که توهم کنترل را کنار ما می‌گذاریم، احساس آزادی می‌کنیم و تبدیل به نسخه بهتری از شخصیت خود می‌شویم. در NA ما، مجبور نیستیم در این سفر بهبودی تنها باشیم. ما هنگام نیاز درخواست کمک می‌کنیم که گاه سخت‌ترین کار ممکن است، اما با تمرین، برای ما آسان‌تر می‌شود. یاد می‌گیریم عقاید کهنه را کنار گذاشته و به پیشنهادات دیگران گوش دهیم، با نیروی برتر مشورت کنیم و ذهن خود را برای انجام اقدامات لازم آماده نمائیم. ما قدم‌های لازم را برمی‌داریم نتیجه را می‌سپاریم و رو به جلو حرکت می‌کنیم – ما مطمئن هستیم که تسلیم شدن به ما کمک خواهد کرد تا بتوانیم هر آنچه بر سر راه ما آشکار می‌شود را بپذیریم.

من تمرین می‌کنم تا در هر شرایطی به عجز خود اقرار کنم

تا احساس رهایی کرده و راهکارهای جدیدی بیایم. من

در برابر آنچه نمی‌توانم کنترل کنم تسلیم خواهم شد.

تسلیم