

افتخار به روش NA

ما یاد می‌گیریم که به بصیرت‌مان اعتماد کنیم و به احساسات خود احترام بگذاریم.

پاک زیستن، فصل ۵، "رابطه آگاهانه"

مفهوم افتخار به همراه خود معانی دیگری هم دارد. موضوعاتی مانند پرهیزکاری و اخلاقیات که شاید در مورد برخی از اعضا صادق باشد، ولی واقعاً در NA به این معنا مرسوم نیست. شکل دیگری از افتخار، تحسین و تکریم است که ممکن است در مقاطعی از زندگی همراه با دریافت جایزه و تشویق باشد. اما نیازی نیست افتخار آن قدرها بزرگ و چشمگیر و قابل تشخیص توسط عموم باشد، ما درمی‌یابیم که در واقع، تمرین این اصل روحانی اغلب بسیار در سکوت اتفاق می‌افتد. اگر چه بسیاری از ما با خودنمایی بیگانه نیستیم، اما به طور شهودی می‌دانیم که برای اینکه با افتخار به یک هدف روحانی خدمت کنیم، بهتر است که نمایش دادن را کم کنیم و به جای آن از فروتنی استفاده کنیم. فکر کردن درباره اینکه چطور به احساسات و تجارب خود افتخار کنیم، به مفهوم افتخار، معنا و انگیزه جدیدی می‌دهد و کاربرد آن را به عنوان یک اصل روحانی، آشکار می‌کند. وقتی به سطح معقولی از فروتنی و احترام در بهبودی دست می‌یابیم، به آرامی و بی‌سر و صدا شروع به تمرین این اصل به روش مرسوم در NA می‌کنیم. تجربه یکی از اعضا در این باره اینگونه است که: "این نوع از افتخار مانند کلیدهای پایین پیانو صدای آرامی دارد و روح را تغذیه می‌کند." برای بسیاری از ما، این با قبول این موضوع شروع می‌شود که کسانی که قبل از ما آمده‌اند، بیشتر از ما تجربه دارند. هنگامی که صادقانه‌ترین سعی خود را برای کارکرد قدم‌ها، خواندن نشریات NA و ارتباط با دیگران می‌کنیم، دیگر فکر نمی‌کنیم که مجبوریم این مسیر را به تنهایی طی کنیم. ما به این فرآیند و مسیری که توسط پیشینیان ما هموار شده است، افتخار می‌کنیم. زمانی که یک یا دو کتاب می‌خوانیم، با راهنما و دوستان بهبودی خود مشورت می‌کنیم، در جریان این فرآیند غوطه‌ور شده و قدری به آسایش می‌رسیم. همان فرآیندی که برای ما آسایش می‌آورد، به ما این امکان را می‌دهد تا دوباره احساسات خود را بشناسیم. این ممکن است برای ما ناخوشایند باشد، اما ارزش تلاش کردن را دارد. ما طیف گسترده‌ای از احساسات انسانی در خود می‌یابیم و به آنها افتخار می‌کنیم. ما یا در برابر انگیزه سرکوب احساسات ناخوشایند خود مقاومت می‌کنیم و یا برای اینکه همیشه "خوب" به نظر برسیم خود را از مزایای مشارکت بار عاطفی‌مان محروم می‌سازیم. از آنجایی که به فرآیند بهبودی خود افتخار می‌کنیم می‌توانیم خود را بشناسیم و به طور واقعی خودمان باشیم.

من توسط فرآیند بهبودی، ارتباط با احساساتم، و مشارکت آنها همراه با تجربیات خود با دیگری، اصل افتخار را به روش NA تمرین خواهم کرد.

افتخار