

ایمان به وقت سختی

عبور از دوران سختی، ایمان ما را تقویت می‌کند.

پاک زیستن، فصل ۱، دردهای فزاینده

پاک ماندن برای ۳۰ روز اول به دلایل زیادی یک نقطه عطف محسوب می‌شود که کمترین دلیل آن این است که به ما عزم لازم برای رسیدن به روز ۳۱ و بعد ۳۲ و... را می‌دهد. ما فکر نمی‌کردیم بتوانیم، اما الان اینجا هستیم و این سفر غیرقابل پیش‌بینی ادامه دارد... هر چقدر که آن مقطع از زمان ممکن است سخت بوده باشد ولی ما برای گذر از آن به ایمان نیاز داریم، در حالیکه زندگی شروع به آشکار شدن می‌کند - روز به روز، گاه فقط برای یک ساعت دیگر و حتی یک دقیقه دیگر - پاک می‌مانیم.

ما ممکن است ایمان داشتن را در اوایل بهبودی خود ضروری ندانیم اما با نگاهی به گذشته درمی‌یابیم که برای تسلیم شدن، درخواست کمک، و اجازه دادن به دیگران برای حمایت از ما، همواره به ایمان نیاز داریم. یک چیز دیگر هم مشخص است و آن اینکه ما قوی‌تر شده‌ایم. این آگاهی زمانی که ما در حال تجربه کردن اوقات سخت و اجتناب ناپذیر زندگی هستیم بسیار کارآمد است. همه ما در مقاطعی دچار تردید می‌شویم که آیا می‌توانیم از چالش‌های خاصی پاک عبور کنیم؟ مرگ یک عزیز، زندان، طلاق، بیماری سخت، ورشکستگی مالی، بلایای طبیعی، و این لیست ادامه دارد... هر چه بیشتر زنده و پاک می‌مانیم، احتمال رویارویی با سختی‌های زندگی بیشتر می‌شود.

ما شاهد این هستیم که دیگران در عبور از بدترین شرایط پاک می‌مانند. ما می‌شنویم که آنها درباره قدرتی که با تکیه بر ایمان برای گذر از آن شرایط به دست آورده‌اند مشارکت می‌کنند. مشاهده عزم آنها باعث افزایش قدرت ما - و تقویت ایمان ما به NA - می‌شود. اگر دیگران قادر به انجام این کار بوده‌اند، ما نیز می‌توانیم. و ما که زمانی در روابط خود از لحاظ عاطفی غیرقابل دسترس و غیرقابل اعتماد بودیم، اکنون می‌توانیم به افرادی که دوست‌شان داریم هنگام درد کشیدن‌شان کمک کنیم.

بسیاری از ما، به درستی دریافته‌ایم که تجربه ناملايمات می‌تواند راهی برای دستیابی به سپاسگزاری، صلح و آرامش باشد. و ما از طریق درد کشیدن رشد می‌کنیم، اما بیایید واقع‌بین باشیم و ببینیم این مسئله ممکن است چگونه خود را نشان دهد. بعضی از ما با لبخند مشارکت می‌کنیم و به قدری از آسایش می‌رسیم. دیگران تجربه‌های کوبنده باورنکردنی را تجربه خواهند کرد که ما مجبور خواهیم بود تا آخر عمر روزانه - گاهی اوقات هر ساعت یا هر دقیقه - آن را مدیریت کنیم. بیشتر روزها ما توان این را داریم که از رختخواب بلند شویم، سر کار برویم، از خانواده خود مراقبت کنیم، و به دیگران کمک کنیم. اما بعضی روزها همین که به زنده ماندن روی زمین ادامه دهیم، بهترین کاری است که می‌توانیم انجام دهیم. بهبودی در NA درد و رنج ما را از زندگی کم نمی‌کند، اما ایمان، به ما توان تحمل آن را می‌بخشد.

مهم نیست که چه چیزی پیش رو داریم، برای یک روز دیگر پاک ماندن
به قدر کافی راهکار داریم. امروز به NA و خودم ایمان داریم.