



راه حل

ما دیدیم که مشکل ما دارای سه جنبه بود: جسمانی، عاطفی و روحانی. بهبود یافتن ما مستلزم بهبود یافتن هر سه آنهاست. تغییر اساسی در رفتار ما زمانی آغاز شد که ما پذیرفتیم عاجزیم و قدرتی نداریم و اینکه عادت ما، ما را به زمین کوبانده بود. ما به جلسه آمدیم و از عادت خود کناره گیری کردیم. برای بعضی ها این به معنای نداشتن رابطه جنسی با خودشان یا دیگران و از جمله وارد نشدن به روابط عاشقانه است، و برای بعضی دیگر این به معنای “ترک کردن” و نداشتن رابطه ی جنسی با همسر خود برای مدتی برای رهایی از شهوت است.

ما دریافتیم که می توانیم رفتارهای شهوانی خود را متوقف کنیم. همچنین دریافتیم که خوراک ندادن به گرسنگی جنسی، ما را نمی کشد و اینکه درواقع رابطه ی جنسی اختیاریست! به این ترتیب امید رهایی شکل گرفت و ما احساس زنده بودن را تجربه کردیم. ما به ادامه دادن تشویق شدیم. هرچه بیشتر و بیشتر از فکر کردن دائم به رابطه ی جنسی و خودمان دور شدیم در عوض به خدا و دیگران روی آوردیم.

مسیری که پیش رو داشتیم ترسناک می نمود. ما نمی توانستیم مسیر پیش روی را ببینیم و تنها چیزی که می دیدیم، کسانی بودند که قبلاً این راه را طی کرده بودند.

در هر لحظه که خود را بیشتر تسلیم راه پاکی می کردیم، این احساس در ما به وجود می آمد که به مرز فراموشی کشیده خواهیم شد، ولی بازهم ادامه دادیم و اتفاقاً برعکس،

به جای اینکه تسلیم شدن ما را بکشد،
وسوسه و افکار شهوانی را کشت. حال، دیگر
در روشنایی به سوی راه جدید زندگی
گام برداشتیم.

مراقبت و حمایت انجمن ما را از نابودی نجات
داد و سرانجام پناهگاهی امن برای رویارویی
با خودمان در اختیار ما گذاشت. به جای
اینکه با ارتباطات جنسی اجباری بر
احساساتمان سرپوش بگذاریم، زیربنای
گرسنگی و خلا روحانی خود را برملا کردیم و به
این ترتیب بهبودی آغاز شد.

زمانی که با نواقص و عیب های خود روبرو
شدیم، تمایل پیدا کردیم که تغییر کنیم.
تسلیم کردن عیب هایمان باعث شد تسلطی
که آنها بر روی ما داشتند، شکسته شود. ما
برای اولین بار شروع کردیم که بدون استفاده
از مسکن قبلی با خودمان و دیگران راحت
باشیم.

همه کسانی که به ما خسارت زده بودند
بخشیدیم و بدون اینکه به کسی آسیب
برسانیم شروع به درست کردن اشتباهاتمان
کردیم و با هر بار جبران خسارت، بار ترسناک
گناه از روی شانه های ما برداشته شد. تا
اینکه توانستیم سر خود را بلند کنیم و با
چشمان خود به دنیا نگاه کنیم و آزادانه
بایستیم.

ما شروع به تمرین یک پاکی و هوشیاری
مثبت کردیم و با عشق ارتباطمان را با دیگران
بهتر کردیم. ما یاد گرفتیم چیزهایی را که به
دیگران کمک می کند به آنها بدهیم و هر
اندازه که ببخشیم به همان اندازه پس
می گیریم. ما چیزی یافته ایم که برای آن
هیچ جانشینی وجود نداشته است. ما یک
ارتباط واقعی ساختیم. ما به خانه برگشتیم.