



Eine andere Sichtweise

Übersetzung von gemeinschaftsgenehmigter NA-Literatur.

Copyright © 1994, 1999 by
Narcotics Anonymous World Services, Inc.
Alle Rechte vorbehalten

Es gibt wahrscheinlich so viele Definitionen von Sucht, wie es Denkweisen gibt. Sie beruhen sowohl auf Forschung als auch auf persönlicher Erfahrung. In den Definitionen, die wir hören, gibt es viele Bereiche mit ehrlichen Meinungsverschiedenheiten, und das überrascht nicht. Einige scheinen auf die Beobachtungen und die bekannten Tatsachen über gewisse Gruppen besser zuzutreffen als auf andere. Wenn wir das als eine Tatsache akzeptieren können, dann sollte vielleicht eine andere Sichtweise untersucht werden in der Hoffnung, daß wir einen Ansatz entdecken, der für alle Süchte grundlegender und zutreffender ist, um unter allen von uns eine Verständigung herzustellen. Wenn wir ein größeres Einvernehmen darüber erlangen können, *was Sucht nicht ist*, dann wird vielleicht das, *was Sucht ist*, mit größerer Klarheit hervortreten.

Vielleicht können wir uns auf einige wesentliche Punkte einigen.

1. Sucht ist nicht Freiheit

Das ganze Wesen unserer Krankheit und ihre beobachteten Symptome laufen auf diese Tatsache hinaus. Wir Süchtige schätzen persönliche Freiheit hoch, vielleicht deshalb, weil wir sie so sehr wollen und so selten erfahren, während unsere Krankheit fortschreitet. Selbst in Zeiten von Abstinenz ist unsere Freiheit beschnitten. Wir sind uns niemals so recht sicher, ob irgendeine Handlung auf dem bewußten Wunsch nach fortschreitender Genesung beruht oder auf einem unbewußten Verlangen, wieder Drogen zu nehmen. Wir trachten danach, Leute und Umstände zu manipulieren und alle unsere Handlungen zu kontrollieren, und zerstören so die Spontaneität, die ein wesentliches Merkmal von Freiheit ist. Wir erkennen nicht, daß das Bedürfnis zu kontrollieren der Angst entspringt, die Kontrolle zu verlieren. Diese Angst, die zum Teil auf früherem Versagen und Enttäuschungen beruht, die wir bei der Lösung der Schwierigkeiten des Lebens erfahren, hindert uns daran, sinnvolle Entscheidungen zu treffen. Entscheidungen, die, würden wir ihnen entsprechend handeln, uns genau die Angst nehmen würden, die uns blockiert.

2. Sucht ist nicht persönliches Wachstum

Die monotonen, nachahmenden, ritualmäßigen, zwanghaften und besessenen Routinen der aktiven Sucht machen uns unfähig zu aufgeschlossenem oder sinnvollem Denken und Handeln. Persönliches Wachstum ist kreatives Bemühen und sinnvolles Verhalten; es setzt Wahlfreiheit, Wandlung und die Fähigkeit voraus, sich dem Leben zu seinen Bedingungen zu stellen.

3. Sucht ist nicht guter Wille

Sucht isoliert uns von Menschen, Orten und Dingen außerhalb unserer eigenen Welt, die daraus besteht, zu beschaffen, zu nehmen und Mittel und Wege zu finden, um diesen Ablauf fortzusetzen. Feindselig, grollend, selbstsüchtig und selbstbezogen verlieren wir jegliches nach

außen gerichtetes Interesse, während unsere Krankheit fortschreitet. Wir leben gerade jenen Menschen gegenüber in Furcht und Mißtrauen, auf die wir uns wegen unserer Bedürfnisse verlassen müssen. Das betrifft jeden Bereich unseres Lebens, und alles, was uns nicht völlig vertraut ist, wird fremd und gefährlich. Unsere Welt schrumpft zusammen, und das Ende ist Isolation. Das könnte sehr gut das wahre Wesen unserer Verwirrung sein.

Alles, was oben angeführt wurde, könnte zusammengefaßt werden in...

4. Sucht ist keine Lebensweise

Die kranke, selbstsüchtige, selbstzentrierte und abgekapselte Welt eines oder einer Süchtigen kann kaum als Lebensweise bezeichnet werden; bestenfalls ist sie vielleicht eine Art, eine Weile zu überleben. Sogar in dieser eingeschränkten Existenz ist sie ein Weg der Verzweiflung, der Zerstörung und des Todes.

Jeder Lebensstil, der nach spiritueller Erfüllung strebt, scheint genau das zu fordern, was in der Sucht fehlt: *Freiheit, guter Wille, kreatives Handeln und persönliches Wachstum.*

Freiheit macht das Leben zu einem sinnvollen Ablauf mit Veränderung und Fortschritt. Es ist nach vorne gerichtet, mit einer vernünftigen Erwartung auf eine bessere und vielfältigere Verwirklichung unserer Wünsche und einer größeren Erfüllung unseres persönlichen Lebens. Das sind natürlich einige Formen, in denen sich der spirituelle Fortschritt als Ergebnis des täglichen Anwendens der Zwölf Schritte von NA zeigt.

Guter Wille ist eine Handlungsweise, die neben uns selbst auch andere berücksichtigt – eine Verhaltensweise, die andere als ebenso wichtig in ihrem eigenem Leben betrachtet, wie wir selbst es in unserem Leben sind. Es ist schwer zu sagen, ob guter Wille der Schlüssel zu Mitgefühl ist oder umgekehrt. Wenn wir Mitgefühl als die Fähigkeit betrachten, uns selbst verständnisvoll in anderen zu erkennen, ohne unsere eigene Identität zu verlieren, dann erkennen wir eine Verwandtschaft in beidem. Wenn wir uns selbst angenommen haben, wie können wir dann einen anderen Menschen ablehnen? Zuneigung kommt aus dem Erkennen von Gemeinsamkeiten. Intoleranz entsteht aus Unterschieden, die wir nicht annehmen wollen.

Im persönlichen Wachstum benutzen wir sowohl Freiheit als auch guten Willen in Zusammenarbeit mit anderen. Wir erkennen, daß wir nicht alleine leben können, daß persönliches Wachstum auch zwischenmenschliches Wachstum ist. Um ein besseres Gleichgewicht zu finden, untersuchen wir persönliche, gesellschaftliche und spirituelle, wie auch materielle Werte. Reife verlangt offensichtlich diese Art der Abwägung.

In der aktiven Sucht sind Wahnsinn, Anstalten und Tod die einzigen Endstationen. In der Genesung ist durch die Hilfe einer Höheren Macht und die Schritte von NA alles möglich.

Kreatives Handeln ist kein geheimnisvolles Verfahren, obwohl es innere Arbeit ist, unsere verwirrte und zerbrochene Persönlichkeit wieder aufzubauen oder wieder zusammenzusetzen. Oft bedeutet es einfach, auf jene Ahnungen und Intuitionen zu hören, von denen wir denken, daß sie anderen oder uns selbst nützen könnten, und spontan danach zu handeln. Hier kommen viele grundlegende Prinzipien des Handelns zum Vorschein. Wir sind dann in der Lage, Entscheidungen zu treffen, die auf Prinzipien beruhen, die wirklichen Wert für uns selbst haben.

Der Zweck der Zwölf Schritte von Narcotics Anonymous wird klar, wenn wir entdecken, daß Abhängigkeit von einer Höheren Macht, wie jeder und jede von uns sie selbst versteht, uns Selbstachtung und Selbstvertrauen bringt. Wir wissen, daß wir niemandem überlegen oder unterlegen sind. Unser wahrer Wert liegt darin, wir selbst zu sein. Freiheit mit Verantwortung für uns selbst und unser Handeln erweist sich in unserem Leben als vorrangig. Wir erhalten und vergrößern die Freiheit durch tägliches Üben. Das ist kreatives Handeln, das nie endet. Guter

Wille ist natürlich der Anfang allen spirituellen Wachstums. Er führt zu Zuneigung und Liebe in allen unseren Taten. Wenn diese drei Ziele – *Freiheit, kreatives Handeln und guter Wille* – in die Gemeinschaft als Dienst eingebracht werden, ohne persönliche Belohnung dafür zu erwarten, werden sie Veränderungen mit sich bringen, deren Ergebnis wir nicht vorhersagen oder kontrollieren können. Deshalb ist Dienst auch eine Macht, größer als wir selbst, und von großer Bedeutung für alle.

**Mein Dankbarkeit spricht,
wenn ich mich Sorge
und mit anderen teile
auf NA-Weise**