Die Selfobsessie-driehoek

Met geboorte is ons slegs bewus van onsself, ons is die heelal. Ons begryp nie veel meer as ons basiese behoeftes nie en as hulle bevredig word, is ons tevrede. Soos ons bewussyn verbreed, raak ons meer bewus van ’n wêreld buite onsself. Ons ontdek dat daar mense, plekke en dinge om ons is en dat hulle aan ons behoeftes voldoen. Op hierdie stadium begin ons verskille raaksien en ontwikkel ons voorkeure. Ons leer om te wil hê en om te kies. Ons is die middelpunt van ’n groeiende heelal en ons verwag om voorsien te word van dit wat ons nodig het en wil hê. Ons bron van tevredenheid verskuif van basiese behoeftes wat wonderbaarlik bevredig word, na die vervulling van ons begeertes.

Die meeste kinders besef, deur ervaringe oor ’n tydperk, dat die buitewêreld nie kan voorsien in al hulle begeertes en behoeftes nie. Hulle begin om dit wat aan hulle gegee is, met hulle eie inspanning aan te vul.

Soos hulle afhanklikheid van mense, plekke en dinge verminder, begin hulle meer en meer na hulleself kyk. Hulle raak meer selfstandig en leer dat geluk en tevredenheid van binne af kom. Die meeste hou aan om te groei, hulle herken en aanvaar hulle sterk punte, swak punte en beperkings. Op een of ander stadium soek hulle die hulp van ’n Mag groter as hulleself om in die dinge te voorsien waarin hulle nie vir hulleself kan voorsien nie. Vir die meeste mense is grootword ’n natuurlike prosess.

As verslaafdes, lyk dit egter asof ons struikel op die pad. Dit kom voor asof ons nooit die selfgesentreerdheid van ’n kind kan ontgroei nie. Dit lyk asof ons nooit die selfstandigheid bereik, wat ander bereik nie. Ons hou aan om op die wêreld rondom ons staat te maak en weier om te aanvaar dat ons nie alles gegee gaan word nie. Ons raak behep met onsself, ons behoeftes en begeertes word eise. Ons bereik ’n punt waar tevredenheid en vervulling onmoontlik is. Mense, plekke en dinge kan nie meer die leemte binne ons vul nie en ons reageer met verwyt, woede en vrees daarop.

Verwyt, woede en vrees vorm die selfobsessie-driehoek. Al ons karakterfoute is vorme van hierdie drie reaksies. Selfobsessie is die kern van ons waansin.

Verwyt is die manier waarop die meeste van ons op ons verlede reageer. Dit is om die ervarings uit die verlede oor en oor in ons gedagtes te herbeleef. Woede is die manier hoe die meeste van ons die hede hanteer. Dit is ons reaksie op en ontkenning van die realiteit. Vrees is dit wat ons voel wanneer ons aan die toekoms dink. Dit is ons reaksie op die onbekende, ’n omgekeerde fantasie. Al drie hierdie dinge is ’n uitdrukking van ons selfobsessie. Dit is die manier waarop ons reageer wanneer mense, plekke en dinge (die verlede, hede en toekoms) nie aan ons eise voldoen nie.

In Narkotika Anoniem daar aan ons ’n nuwe lewenswyse en ’n nuwe stel gereedskap gegee. Dit is die Twaalf Stappe en ons werk hulle na die beste van ons vermoë. As ons skoon bly en kan leer om hierdie beginsels in al ons doen en late toe te pas, gebeur daar ’n wonderwerk. Ons vind vryheid van dwelms, van ons verslawing en van ons selfobsessie. Verwyt word vervang met aanvaarding, woede word vervang met liefde en vrees word vervang met geloof.

Ons het ’n siekte wat ons uiteindelik forseer om hulp te soek. Ons is bevoorreg dat ons net een keuse gegee word, een laaste kans. Ons moet die selfobsessie-driehoek verbreek; ons moet grootword, of sterf.

Die manier waarop ons reageer op mense, plekke en dinge:

Negatief		**Positief**
Verwyt	**Verlede**	Aanvaarding
Woede	**Hede**	Liefde
Vrees	**Toekoms**	Geloof

Copyright © 2018 by
Narcotics Anonymous World Services, Inc.
Alle regte voorbehou

World Service Office
PO Box 9999
Van Nuys, CA 91409 USA
T 818.773.9999 F 818.700.0700
Website: www.na.org

World Service Office–CANADA
Mississauga, Ontario

World Service Office–EUROPE
Brussels, Belgium

World Service Office–IRAN
Tehran, Iran
www.na-iran.org

Dit is 'n vertaling van literatuur wat deur die
NA-Genootskap goedgekeur is.

Narcotics Anonymous, , , , en The NA Way
is geregistreerde handelsmerke van
Narcotics Anonymous World Services, Incorporated.

ISBN 978-1-63380-180-6 Afrikaans 10/18

WSO Catalog Item No. AF3112

Narcotics Anonymous®

Narkotika Anoniem

IP Nr. 12-AF

Die Selfobsessie-driehoek