

Iba Pang Pananaw

Marami ang maaring pakahulugan sa adiksiyon—kasing dami ng paraan kung paano mo iisipin ito ayon sa mga ginawang pagsasaliksik at sa sariling karanasan. Kaya hindi na rin kataka-taka kung magkaroon ng maraming aspeto ng totoong pagtatalo ang ating mga naririnig na kahulugan nito. Kaya nga ang ilan ay naniniwala, ayon na rin sa katotohanan na kanilang nalaman, na ang ibang grupo ay mas higit na nakakaunawa kaysa sa iba. At kung tinatanggap natin na totoo ito, kailangan din nating bigyan ng daan ang pananaw ng iba, sa pag-asang makatagpo ng paraan para sa lahat ng uri ng adikson na katanggap-tanggap para maintindihan nating lahat. Kung tayo ay magkakasundo kung *ano ang hindi adiksiyon*, maaring maging mas maliwanag kung ano ito.

Marahil magkakasundo tayo sa ilang mga pangunahing punto:

1. Ang Adiksiyon ay Hindi Kalayaan

Likas na sa ating sakit, at kapansin-pansing sintomas ang katotohanang ito. Tayong mga adik ay nagbibigay ng mataas na pagpapahalaga sa ating pansariling kalayaan, siguro ay dahil sobrang gusto natin ito at ito ay bihira nating maranasan habang lumalala ang ating sakit. Maging sa panahon ng pagiging malinis, ang kalayaan ay napipigilan. Hindi rin tayo sigurado kung ang ating mga kilos ay galing sa ating sinsadyang kagustuhang gumaling o di sinasadyang kagustuhang gumamit muli. Hinahangad din natin na kontrolin ang mga tao, pangyayari, at maging ang lahat ng ating mga ginagawa kaya't hindi natin namamalayan na unti-unti nating sinisira ang ating kalayaan. Nabigo rin tayo na kontrolin at maintindihan ang pinagmumulan ng ating mga takot—mga takot na bahagi ng ating mga nakaraan. At nabigo rin tayo na solusyonan ang mga kahirapan sa ating buhay, na siya rin namang naglayo sa atin upang makapagdesisyon ng tama, na kung

ating gagawin ay siyang mag-aalis ng takot na pumipigil sa ating pag-unlad.

2. Ang Adiksiyon ay Hindi Pag-Unlad ng Sarili

Ang paulit-ulit, gaya-gaya, maka-serimonya, mapagpilit, at sobrang nakasanayang kagawian sa aktibong adiksiyon ang siyang naging dahilan upang tayo ay hindi makapag-isip at makagawa ng makabuluhang bagay. Ang pansariling pag-unlad ay nangangahulugan ng malikhaing pagpupursigi at makabuluhang pag-uugali; ang matuto na harapin ang anuman sa ating buhay ay nangangailangan ng mga pagbabago sa pag-uugali upang makamit ang pag-unlad.

3. Ang Adiksiyon ay Hindi Mabuting Kalooban

Ang adiksiyon ang naglayo sa atin sa mga tao, lugar at mga bagay na walang kinalaman sa mundo ng ating pagkuha, pag-gamit at paghahanap nito sa anumang paraan upang ito ay patuloy na magawa. Sa pagiging hindi mapagsang-ayon, puno ng sama ng loob, at makasarili ay pinutol natin ang ating panlabas na koneksiyon habang patuloy na lumalala ang ating karamdaman. Tayo ay nabuhay sa takot at paghihinala maging sa mga taong nagbibigay ng ating mga pangangailangan. Dahil dito, naaapektohan na ang bawat bahagi ng ating buhay at ang mga bagay na dati ay alam na atin ay nakakalilmutan na at ito'y nagiging mapanganib. Ang ating mundo ay lumiliit at patungo sa ating ganap na pagkakabukod. Ito rin marahil ang tunay na katangian ng ating karamdaman.

Ang lahat ng mga nabangit na ito ay siyang kabuoan ng...

4. Ang Adiksiyon ay Hindi Paraan ng Pamumuhay

Ang pilipit, mapaghanap, maka-sarili, at mapagbukod na mundo ng mga adik ay hindi katanggap-tanggap na paraan ng pamumuhay; ito marahil ay paraan lamang para mabuhay

na nang pansamantala. Kahit sa ganitong limitadong kalagayan, ito ay daan para mabigo, masira ang buhay at mamatay.

Anumang paraan ng pamumuhay na naghahangad ng katuparang espiritwal ay nangangailangan ng mga bagay na wala sa adiksiyon. Gaya ng *kalayaan*, *kabutihang-loob*, *malikhaing-pagkilos* at *ang pag-unlad sa sarili*.

Kung may kalayaan, ang buhay ay nagiging makabuluhan, may pagbabago, at may pag-usad. Ito ay tumitingin sa hinaharap na may makatuwirang inaasahan para sa mas mapabuti at mas higit na maunawaan ang ating mga gustong mangyari sa buhay. Siempre, ito ay ilan lamang sa pagpapakita ng espiritwal na pag-unlad na resulta ng ating pang-araw-araw na pagsasanay ng Labing-Dalawang Hakbang ng N.A.

Ang kabutihang-loob ay uri ng aksiyon na sumasakop din sa ibang tao maliban sa ating sarili—isang paraan na nagbibigay ng kahalagahan sa buhay ng iba ganun din naman sa atin. Mahirap sabihin kung ang kabutihang-loob ba ay siyang susi sa pakikiramay o pakikiramay ang susi sa kabutihang-loob. At kung tinatanggap natin na ang paglalagay ng ating sarili sa kalagayan ng iba ang siya nating kakayahan para makita natin ang ating sarili sa iba na hindi nawawala ang ating katauhan, kung ganoon ay nauunawaan natin na ito'y magkapareho. At kung natatanggap natin ang ating sarili, paano natin tatanggihan ang iba? Ang ating pagmamalasakit ay nagmumula sa ating pagkakaparepareho. Ang kakulangan ng pasensya ay resulta ng pagkakaiba-iba na hindi natin matanggap.

Sa pag-unlad sa sarili, pareho nating ginagamit ang ating kalayaan at kabutihang-loob nang may kooperasyon ng ibang tao. Nauunawaan natin na hindi tayo mabubuhay nang nag-iisa; na ang pansariling pag-unlad ay siya ring pag-unlad sa pakikipag-ugnayan sa ibang tao. Upang makahanap ng mas tamang balanse ay sinusuri natin ang ating sarili, ang ating pakikitungo o pakikisalamuha sa ibang tao, at ang espiritwal at materyal na

kahalagahan. Ang pagiging ganap na maunlad ay nangangailangan ng ganitong klase ng pagsusuri.

Sa aktibong adiksyon, ang kawalan ng katinuan, kulungan, at kamatayan lamang ang ating maaring kabagsakan. Subali't sa pagbabago, sa tulong ng Diyos at ng Labingdalawang Hakbang ng N.A., ang lahat ay posible.

Ang malikhaing gawain ay hindi na dapat ipagtaka kung mag-resulta ito ng pagkabungo muli ng ating nasira at nagkalamat na pagkatao dahil na rin sa ating sariling pagsisikap. Minsan, ito ay nangangahulugan lamang ng simpleng pakikinig sa ating mga saloobin o "intuitive feelings" na iniisip natin na maaring makatulong sa iba o sa ating sarili, at ang pagkilos agad-agad. Dito ay malinaw nating makikita ang mga pangunahing prinsipyo ng pag-kilos. At tayo ngayon ay nakakapag-desisyon na ayon sa mga prinsipyo na mahalaga para sa atin.

Ang layunin ng Labingdalawang Hakbang ng Narkotiko Anonimo ay nagiging maliwanag sa atin nang tayo ay matutong umasa sa ating Diyos ayon na rin sa ating pagkakaunawa sa Kanya. Ito rin ang nagbigay sa atin ng respeto at tiwala sa sarili. Nalaman din natin na tayo ay hindi nakahihigit o nakakababa kaninuman sapagka't ang ating kahalagahan ay nasa atin naring sarili. Ang malikhaing pagkilos "creative action" na tuloy-tuloy at ang kabutihang-loob ang siyang simula ng lahat ng paglagong-espirtwal. Ito rin ang nagdudulot sa atin ng damdamin at pagmamahal sa lahat ng ating mga ginagawa. At ang tatlong hangaring ito: *kabutihang-loob*, *malikhaing-pagkilos* o *responsibilidad* sa ating *kalayaan* at ating mga ginagawa ang siyang naging mahalaga para sa atin. Iniingatan din natin at pinalalawak ang ating kalayaan sa pamamagitan ng pang-araw-araw nating ginagawa. Ito ang "creative action", at kalayaan ang dapat na umiral sa ating pagsasama-sama. Ito rin ay ginagawa natin na hindi umaasa ng anumang kapalit, upang magdala ng pagbabago na hindi natin malaman o mapigil kung kailan matatapos. Kaya nga ang pagtulong ay masasabi nating

mas makapangyarihan kaysa atin at malaki ang kahulugan nito sa ating lahat.

Ang ating pasasalamat ay nangungusap kapag tayo'y may pakialam kapag tayo'y namamahagi sa iba ng paraan ng N.A.

Copyright © 2010 by
Narcotics Anonymous World Services, Inc.
Lahat ng pagaari ay reserbado

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
T +32/2/646 6012

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



Ito ay N.A. Samahang aprobadong literatura.

Narcotics Anonymous,    at The NA Way
ay rehestradong tatak ng

Narcotics Anonymous World Services, Incorporated.

ISBN 978-1-55776-823-0 Filipino 10/11

WSO Catalog Item No. FL-3105



Narcotics Anonymous®
Narkotiko Anonimo

IP No. 5-FL

**Iba Pang
Pananaw**