

Drug pogled

Najbrž obstaja toliko definicij odvisnosti, kolikor je različnih vrst razmišljanja, temeljnejših tako na raziskavah kot na osebnih izkušnjah. Ni presenetljivo, da obstaja mnogo področij iskrenih razhajanj v definicijah, ki jih slišimo. Nekatere ustrezajo opaženim in znanim dejstvom za ene skupine bolj kot za druge. Če lahko to sprejmemo kot dejstvo, potem moramo mogoče raziskati drug vidik v upanju, da bomo odkrili bolj temeljno pot za vse odvisnosti ter boljše in trdnejšo komunikacijo med vsemi nami. Če dosežemo širše strinjanje o tem *kaj odvisnost ni*, potem se bo mogoče z večjo jasnostjo pokazalo *kaj je*.

Morda se bomo lahko na nekaterih temeljnih točkah strinjali.

1. Odvisnost ni svoboda.

Sama narava naše bolezni in njeni vidni simptomi to dejstvo poudarjajo. Mi odvisniki zelo cenimo osebno svobodo mogoče zato, ker si jo vedno tako zelo želimo, a je med napredovanjem naše bolezni izkusimo tako malo. Tudi v obdobju abstinence je svoboda omejena. Nikoli nismo povsem prepričani, ali neko dejanje temelji na zavestni želji po nadaljnjem okrevanju ali nezavedni želji po vrnitvi k jemanju. Težimo k manipuliranju ljudi in pogojev ter poskušamo nadzirati vsa svoja dejanja. S tem uničimo spontanost, ključen znak svobode. Ne uspemo spoznati, da potreba po nadzoru izvira iz strahu pred izgubo nadzora. Ta strah, ki delno temelji na naših preteklih neuspehih in razočaranjih pri reševanju življenjskih težav, nam preprečuje sprejemati pomembne odločitve; odločitve, ki bi, če bi ravnali po njih, odpravile tisti strah, ki nas onemogoča.

2. Odvisnost ni osebna rast.

Monotone, ponavljajoče se, ritualistične, kompulzivne in obsesivne rutine aktivne odvisnosti nas delajo nesposobne smiselnega odziva, razmišljanja ali delovanja. Osebna rast je ustvarjalni trud in odločno vedenje, kar predpostavlja izbiro, spremembo in zmožnost soočiti se z življenjem pod njegovimi pogoji.

3. Odvisnost ni pripravljenost.

Odvisnost nas izolira od ljudi, krajev in stvari, ki so izven našega interesa, da bi dobili, uporabili in poiskali načine in sredstva, da nadaljujemo s tem postopkom. Sovražni, zamerljivi, vase zagledani in egocentrični odrežemo vse zunanje interese, medtem ko naša bolezen napreduje. Živimo v strahu in nezaupanju do tistih ljudi, od katerih smo odvisni, da bi zadovoljili naše potrebe. To se dotika vseh področij našega življenja in vse, kar ni popolnoma znano, nam postane tuje in nevarno. Naš svet se skrči in izolacija postane cilj. To je pravzaprav prava narava naše bolezni.

Vse, kar je bilo rečeno do sedaj, lahko povzamemo v...

4. Odvisnost ni način življenja.

Bolan, izgubljen, egocentričen in vase zaprt svet odvisnika bi težko imenovali način življenja. V najboljšem primeru bi ga lahko poimenovali začasen način preživetja. Celo v tem omejenem obstoju je to pot obupa, uničenja in smrti.

Zdi se, da vsak način življenja, ki predstavlja iskanje duhovnega izpopolnjenja, zahteva prav tiste stvari, ki jih v odvisnosti ni: *svoboda, pripravljenost, ustvarjalni zagon in osebna rast*.

S svobodo je življenje smiselno, spreminjajoč se in napredujoč proces. Z razumnimi pričakovanji je zagledano v boljše in bogatejšo

uresničitev naših želja in večje izpopolnjenje nas samih. To so seveda samo nekatere od manifestacij duhovnega napredka, ki izhaja iz dnevne uporabe Dvanajstih korakov NA.

Pripravljenost je dejanje, ki poleg nas vključuje druge – pomeni obravnavati druge kot prav tako pomembne v njihovih življenjih, kot smo mi v svojih. Težko je reči, ali je pripravljenost ključ do empatije ali obratno. Če empatijo sprejmemo kot zmožnost videti sebe v drugih, ne da bi zato izgubili svojo identiteto, lahko prepoznamo podobnost obeh. Če smo sprejeli sebe, kako lahko zavrčamo druge? Naklonjenost pride z videnjem podobnosti. Nestrpnost pa nastane zaradi našega ne sprejemanja razlik.

V osebni rasti uporabljamo oboje, svobodo in pripravljenost v sodelovanju z drugimi lastnostmi. Spoznamo, da ne moremo živeti sami, da je osebna rast prav tako medosebna rast. V iskanju boljšega ravnovesja preučimo osebne, družbene in duhovne vrednote kot tudi materialne vrednote. Zdi se, da zrelost zahteva tovrstno vrednotenje.

V aktivni odvisnosti so norost, institucije in smrt edini možni konci. V okrevanju je s pomočjo Višje sile in korakov NA vse mogoče.

Ustvarjalni zagon ni skrivnosten proces, čeprav je to notranji projekt ponovne izgradnje ali ponovnega povezovanja naše neurejene in razbite osebnosti. Pogosto to enostavno pomeni poslušati tiste slutnje in občutke, za katere mislimo, da bi bili v korist drugim ali nam, in jih spontano udejanjiti. Tu postane očitnih mnogo osnovnih načel delovanja. Nato smo zmožni sprejeti odločitve na podlagi načel, ki imajo za nas resnično vrednost.

Namen Dvanajstih korakov Narcotics Anonymous postane jasen, ko spoznamo, da odvisnost od Višje sile, kakor jo vsak sam razume, prinaša samospoštovanje in zanašanje na samega sebe. Vemo, da nismo od nikogar

vredni več ali manj. Naša prava vrednost leži v tem, da smo to, kar smo. Svoboda z odgovornostjo za nas same in naša dejanja postane najbolj pomembna v naših življenjih. Svobodo obdržimo in širimo skozi dnevno delovanje; to je ustvarjalni zagon, ki se nikdar ne konča. Pripravljenost je seveda začetek vsake duhovne rasti. Vodi do naklonjenosti in ljubezni do naših dejanj. Ko se ti trije cilji, *svoboda, ustvarjalni zagon in pripravljenost*, pokažejo pri služenju v skupnosti, ne da bi iskali nagrade zase, privedejo do sprememb, katerih ciljev ne moremo predvideti ali nadzirati. Zatorej je tudi služenje Sila, višja od nas, in ima za vse velik pomen.

**Moja hvaležnost govori,
ko skrbim in
z drugimi delim NA način.**

Copyright © 2018 by
Narcotics Anonymous World Services, Inc.
Vse pravice pridržane

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



Prevod literature, ki jo je odobrila
skupnost NA.

Narcotics Anonymous,   , in The NA Way
so registrirani zaščitni znaki

Narcotics Anonymous World Services, Incorporated.

ISBN 978-1-63380-172-1 Slovenian 9/18

WSO Catalog Item No. SL3105



Narcotics Anonymous®

IP Št. 5-SL

Drug pogled