

## அடிக்கட் என்பவர் யார்?

நம்மில் பெரும்பாலோர் இக்கேள்வியை குறித்து இருமுறை சிந்திக்க வேண்டியது இல்லை. ஏதாவது ஒரு வடிவத்தில் உள்ள போதைப்-பொருளை பெறுவதற்கும், உபயோகப்படுத்துவதற்கும், மேலும் அதனை அதிகமாக பெறும் வழிகளை குறித்தே நமது முழு சிந்தனையும் வாழ்க்கையும் இருந்தது என நாம் அறிவோம். நாம் போதைப்பொருட்களை உபயோகப்படுத்தவே வாழ்ந்தோம் மற்றும் வாழ்வதற்காகவே போதைப்பொருட்களை உபயோகித்தோம். மிக எளிதாக கூறினால் யார் ஒருவரது வாழ்க்கை போதைப் பொருட்களால் கட்டுபடுத்தப்பட்டு உள்ளதோ, அவரே அடிக்கட் ஆவார். தொடர்ந்து வளரும் தன்மையுடைய நோயின் பிடியில் இருக்கும் நமது முடிவு எப்பொழுதுமே இவைதான்: சிறைச்சாலை, அமைப்புக்கள், மற்றும் மரணம்.

## நாம் ஏன் இங்கு இருக்கிறோம்?

NA சங்கத்திற்கு வரும் முன்பு நம்முடைய வாழ்க்கையை நம்மால் சமாளிக்க இயலவில்லை. நம்மால் மற்றவர்களை போல வாழ்வோ, வாழ்க்கையின் சுகத்தை அனுபவிக்கவோ இயலவில்லை. நமக்கு வித்தியாசமாக ஏதோ ஒன்று கட்டாயமாக தேவைப்பட்டது, அது போதைப்பொருட்களில் கிடைப்பதாக நினைத்தோம். நம் குடும்பம், கணவன், மனைவி மற்றும் நம் குழந்தைகளின் நலனை விட போதைப்பொருள் உபயோகிப்பதற்கே முதலிடம் கொடுத்தோம். எந்த விலை கொடுத்தாலும் போதைப்பொருட்கள் நமக்கு கட்டாயமாக தேவைப்பட்டது, நாம் பலருக்கு பெரும் தீங்கு செய்தோம், ஆனால் எல்லாவற்றையும் விட நமக்கு நாமே செய்து கொண்ட தீங்கு தான் அதிகம். நம்முடைய பொறுப்புக்களை நாம் ஏற்றுக்கொள்ள முடியாததால் உண்மையாகவே நாம் தான் நமது பிரச்சனைகளை ஏற்படுத்திக் கொண்டோம். வாழ்க்கையை அதன் விதிமுறைப்படி வாழ்வது முடியாததாய் நமக்கு தோன்றியது.

நம்மில் பலர், நமது அடிக்கனால் நாம் மெதுவாக தற்கொலை செய்து கொள்வதை புரிந்து கொண்டோம். ஆனாலும் அடிக்கன் வாழ்வின் தந்திரமான ஒரு எதிரி, அதனை எதுவும் செய்யும் சக்தியை இழந்து விட்டோம். நம்மில் பலர் சிறைச்சாலைக்கு செல்ல நேரிட்டது அல்லது மருந்துகள், மதம், மனோத்ததுவம் இவைகளின் மூலமாகவும் உதவியை நாடினோம். இந்த முறைகள் எதுவும் நமக்கு போதுமானதாக இல்லை. நம்முடைய நோய் மீண்டும் தொடர்ந்து வளர்ந்து வந்த நிலையில் விரக்தியின் எல்லையில், நாம் ஒரு வருக்கு ஒருவர் உதவி செய்துக் கொள்ளும் நாய்காட்டிக்ஸ் அனானிமலை நாடினோம்.

NA - வுக்கு வந்த பின் நாம் நோய்வாய்ப்பட்டவர்கள் என உணர்ந்தோம். இந்நோயை குணமாக்கும் எனத் தெரிந்த எந்த விதமான சிகிச்சை முறையும் இல்லாத ஒரு நோயினால் நாம் அவதிப்பட்டோம் இருந்தாலும் போதைப்பொருள் உபயோகிப்பதை ஒரு கட்டத்தில் நிறுத்திய பிறகு நலமடைதல் சாத்தியமாகும்.

## நார்காட்டிக்ஸ் அனானிமஸின்செயல் திட்டம் என்ன?

NA என்பது போதைப்பொருட்கள் பெரும்பிரச்சனையாக இருந்தவர்கள் சார்ந்த லாபநோக்கம் இல்லாத சங்கம் அல்லது சமூகம். நலமடைந்து வரும் அடிக்ட் ஆகிய நாங்கள் தொடர்ந்து போதையின்றி (சுத்தமாக) இருக்க ஒருவருக்கொருவர் விடாமல் தொடர்ந்து சந்தித்து உதவிக்கொள்கிறோம். இது அனைத்து போதைப்பொருட்களிலிருந்தும் முற்றிலும் விலகி வாழும் ஒரு செயல் திட்டம். போதைப்பொருட்கள் உபயோகப்படுத்துவதை நிறுத்த வேண்டும் என்ற விருப்பம் ஒன்று மட்டுமே இதில் உறுப்பினராக தேவையானது. எங்கள் ஆலோசனை என்னவெனில் நீங்கள் திறந்த மனதோடு சிறிது அவகாசம் எடுத்து கொள்ளுங்கள். நமது செயல் திட்டம் தினசரி வாழ்வில் கடைப்பிடிக்க கூடிய மிகவும் எளியமையாக எழுதப்பட்ட தத்துவங்களின் தொகுப்பாகும். இவற்றின் முக்கியமான அம்சம் என்னவெனில் இவை நடைமுறையில் செயல்படுகின்றன.

NA விற்கு வேறு எவற்றுடனும் எந்தவிதமான இணைப்பும் கிடையாது. நாங்கள் எந்த ஒரு நிறு வனத்துடனும் இணைந்தவர்கள் இல்லை. இங்கு எந்தவிதமான கட்டணமும் இல்லை. கையொப்பமிட வேண்டிய உறுதிமொழிகள் இல்லை, யாருக்கும் எந்த வாக்குறுதிகளையும் செய்ய வேண்டியது இல்லை. அரசியல், மதம் மற்றும் சட்டத்தை அமுல் படுத்தும் குழுக்கள் போன்றவற்றுடன் நாங்கள் இணைந்தவர்கள் அல்ல. எந்தசமயத்திலும் எந்தவிதமான கண்காணிப்பின் கீழும் நாங்கள் இல்லை. வயது, இனம், பாலியல் அடையாளம், சமயம், மதம் மற்றும் மதநம்பிக்கை இல்லாதவர்கள் என்று யார் வேண்டுமானாலும் எங்களுடன் இணையலாம்.

நீங்கள் எந்த போதைப்பொருட்களை உபயோகித்தீர்கள், எவ்வளவு உபயோகித்தீர்கள் அல்லது யார் யாருடன் உங்களுக்கு தொடர்பு இருந்தது, கடந்த காலத்தில் நீங்கள் என்னவெல்லாம் செய்திருக்கிறீர்கள், உங்களுடைய பொருளாதார அந்தஸ்து என்ன என்பதை பற்றியெல்லாம் அறிய எங்களுக்கு விருப்பம் இல்லை, உங்கள் பிரச்சினைக்காக நீங்கள் என்ன செய்ய விரும்புகிறீர்கள் அதற்கு நாங்கள் எப்படி உதவமுடியும் என்பதில் மட்டுமே அக்கறை காட்டுகிறோம். புதிதாக வரும் நபரே எந்த ஒரு கூட்டத்திலும் மிக முக்கியமானவர், ஏனெனில் நம்மிடம் இருப்பதை பிறருடன் பகிர்ந்து கொள்வதன் மூலமே அதனை நாம் தக்க வைத்துக்கொள்ள முடியும். எங்கள் கூட்டங்களுக்கு விடாமல் தொடர்ந்து வருபவர்கள் போதையற்று (சுத்தமாக) இருப்பதை எங்கள் குழுக்களின் அனுபவங்களின் மூலம் நாங்கள் கற்றுக் கொண்டுள்ளோம்.

## இது எப்படி செயல்படுகிறது

எங்களிடம் இருப்பதை நீங்கள் பெற வேண்டுமானால் மற்றும் அதைப் பெறுவதற்கு விருப்பத்துடன் முயற்சித்தால் நீங்கள் இந்த குறிப்பிட்ட வழிமுறைகளை பின்பற்றத் தயாராக வேண்டும். இந்த தத்துவங்கள் தான் எங்களுடைய நலமடைதலை சாத்தியமாக்கியது.

1. எங்கள் அடிச்சன் மீது நாங்கள் சக்தியற்றவர்களாக இருந்தோம், எங்களது வாழ்க்கை சமாளிக்க முடியாமலும் இருந்தது என ஒப்புக் கொண்டோம்.
2. எங்களை விட வலிமையான சக்தி எங்களுக்கு தெளிவுத்தன்மையை அளிக்கும் என்ற நம்பிக்கைக்கு நாங்கள் வந்தோம்.
3. **நாங்கள் புரிந்து கொண்ட** இறைவனின் பொறுப்பில் எங்களது சித்ததையும், வாழ்க்கையையும் ஒப்படைக்க முடிவு செய்தோம்.
4. நாங்கள் எங்களைப் பற்றிய ஒழுக்கப்பட்டியலை பயமின்றி தேடி தயாரித்தோம்.
5. நாங்கள் இறைவனிடமும், எங்களிடமும், மற்றவர்களிடமும் எங்களது தவறுகளின் சரியான தன்மையை ஒப்புக்கொண்டோம்.
6. இறைவன் இந்த எல்லா குணக்கோளாறுகளையும் அகற்ற நாங்கள் முழுமையாகத் தயாரானோம்.
7. எங்களுடைய குறைபாடுகளை நீக்கும்படி இறைவனிடம் பணிவோடு வேண்டினோம்.
8. நாங்கள் யாருக்கெல்லாம் தீங்கு செய்தோம் என்ற பட்டியலை தயாரித்தோம். அவர்கள் அனைவருக்கும் பரிகாரம் செய்வதிற்கான விருப்பத்திற்கு வந்தோம்.
9. நாங்கள் அத்தகையோர்களுக்கு எங்கெல்லாம் முடியுமோ அங்கெல்லாம் நேரடியாகப் பரிகாரம் செய்தோம் . அப்பொழுது அவர்களோ, மற்றவர்களோ புண்படுவார்கள் என்றால் நேரடியாக பரிகாரம் செய்வதை தவிர்த்தோம்.
10. நாங்கள் தொடர்ந்து எங்களைப் பற்றிய பட்டியல் தயார் செய்தோம் மற்றும் நாங்கள் தவறு செய்தபோதெல்லாம் அதனை உடனடியாக ஒப்புக் கொண்டோம்.
11. பிரார்த்தனை மற்றும் தியானத்தின் மூலமாக **நாங்கள் புரிந்து கொண்ட** இறைவனிடம் உணர்வுப்பூர்வமான தொடர்பை வளர்த்துக் கொள்ள முற்பட்டோம். நமக்கான இறைவனின் சித்தம் என்னவென்று அறிந்து கொள்ள மட்டுமே வேண்டி அதை நிறைவேற்றும் சக்தியை கோரி பிரார்த்தித்தோம்.
12. இவ்வழிமுறைகளைப் பின்பற்றியதன் பலனாக ஆன்மீக விழிப்பைப் பெற்றோம். இச்செய்தியை மற்ற அடிக்குகளுக்கு எடுத்துச் சொல்ல முயற்சித்தோம். இத்தத்துவங்களை எங்களது வாழ்கையின் எல்லா அம்சங்களிலும் கடைப்பிடிக்க முயற்சித்தோம்.

(அடுத்தப் பக்கம் திருப்பவும்)

இவைகள் யாவும் மலைப்பாக தோன்றலாம், மற்றும் நம்மால் இவை அனைத்தையும் ஒரே நேரத்தில் செய்ய முடியாது. நாம் ஒரே நாளில் அடிக்ட் ஆகவில்லை, எனவே “சுலபமாக செயல்படுவோம்” என்பதை நினைவில் கொள்ளுங்கள்.

வேறு எதையும் விட ஒரே ஒரு விசயம் மட்டுமே நாம் நலமடைவதை தோல்வியுறச் செய்யும். அது ஆன்மீக தத்துவங்களை அலட்சியப் படுத்துவதும் அல்லது அதை சகித்துக் கொள்ளும் மனப்பான்மை இல்லாமலும் இருப்பதுதான். இவற்றில் மூன்று அத்தியாவசியமான தத்துவங்கள் என்னவெனில் நேர்மை, திறந்த மனதோடு இருப்பது மற்றும் விருப்பம்.

இவற்றைக் கொண்டு நமது வழியில் நாம் நன்றாக செல்லாம். அடிக்ஷன் என்னும் நோய்க்கு நமது அணுகு முறை நடைமுறைக்கு சாத்தியமானது, ஏனெனில் ஒரு அடிக்ட் மற்றொரு அடிக்டுக்கு உதவுவதில் உள்ள குணமாக்கும் சக்திக்கு ஈடு இணையானது எதுவும் இல்லை என்பதை உணருகிறோம். ஒரு அடிக்ட் மற்றொரு அடிக்டை நன்றாக புரிந்து கொண்டு உதவுவார், எனவே நமது இந்த வழிமுறை நடைமுறைக்கு சாத்தியமானது என நாங்கள் கருதுகிறோம். அன்றாட வாழ்வில் நமது சமுதாயத்திற்குள் எவ்வளவு விரைவாக நமது பிரச்சினைகளை சந்திக்கிறோமோ அதே அளவு விரைவாக நாம் அதே சமுதாயத்தால் ஏற்றுக் கொள்ள கூடிய, பொறுப்புள்ள, மற்றும் பயன் உள்ள மனிதர்களாக மாறுவோம் என நம்புகிறோம்.

மீண்டும் நாம் போதைப்பொருட்களை உபயோகிக்காமல் இருப்பதற்கு ஒரே வழி முதல் போதையை உபயோகிக்காமல் இருப்பதே. நீங்களும் எங்களைப் போல் இருந்தால் உங்களுக்குத் தெரியும் ஒன்றே மிக அதிகம்: ஆயிரம் ஆனாலும் போதாது. நாங்கள் இதற்கு மிகவும் முக்கியத்துவம் கொடுக்கிறோம், எந்த வடிவதில் உள்ள போதைப் பொருட்களை உபயோகித்தாலும் அல்லது அதற்கு மாற்றாக வேறு போதைப் பொருட்களை உபயோகித்தாலும் நாங்கள் மீண்டும் அடிக்சனுக்கு உள்ளாவோம் என அறிவோம்.

மது மற்ற போதைப் பொருட்கள் போல இல்லை என்ற எண்ணமே பல அடிக்டுகளுக்கு போதைப் பொருட்களை மீண்டும் உபயோகிக்கும் நிலைமையை ஏற்படுத்தியது. நாம் NA வுக்கு வரும் முன் நம்மில் பலர் மதுவை பிரச்சனையற்றதாகக் கருதினோம், ஆனால் இதில் எந்தவிதக் குழப்பமும் தேவையில்லை. மது ஒரு போதைப் பொருள் தான். அடிக்சன் என்னும் நோய் உள்ள நாம் நலமடைய அனைத்து போதைப் பொருட்களையும் உபயோகிக்காமல் கட்டாயம் விலகி இருக்க வேண்டும்.

AA World Services, Inc. இன் அனுமதியுடன், மாற்றியமைப்பதற்காக பன்னிரெண்டு கோட்பாடுகள் மறுஅச்சிடப்பட்டது

வெண்மை நிற *Narcotics Anonymous* சிற்றேட்டிலிருந்து மறுஅச்சிடப்பட்டது

© 1986 by Narcotics Anonymous World Services, Inc., PO Box 9999, Van Nuys, CA 91409

Tamil 9/19

## NA – வின் பன்னிரெண்டு கோட்பாடுகள்.

நாம் விழிப்புடன் இருந்தால் மட்டுமே நம்மிடம் இருப்பதை தக்க வைத்துக் கொள்ள முடியும், மற்றும் தனிப்பட்டவர்களுக்குள்ள சுதந்திரம் பன்னிரெண்டு வழிமுறைகளிருந்து வருவதைப் போலவே, குழுவின் சுதந்திரம் நமது இந்தகோட்பாடுகளிருந்து பீரிட்டு வருகின்றது.

நம்மைப் பிரிக்கும் சக்திகளைவிட நம்மை இணைக்கும் பிணைப்புகள் பலமாக இருக்கும் வரை அனைத்தும் நன்றாக இருக்கும்.

1. நமக்கு முதன்மையானது நமது பொதுநலம் தான், தனிநபருடைய நலமடைதல் NA வின் ஒற்றுமையை சார்ந்திருக்கிறது.
2. நமது குழுவின் நோக்கத்திற்கு இறுதியான அதிகாரி அன்பான இறைவனே, நமது குழுவின் மனசாட்சியின் மூலமாக இறைவன் தன்னை வெளிப்படுத்துவார். நமது தலைவர்கள் ஆளுமை செய்வதில்லை, மாறாக அவர்கள் நம்பிக்கைப் பெற்ற தொண்டர்கள்.
3. போதைப்பொருட்கள் உபயோகப்படுத்துவதை நிறுத்த வேண்டும் என்ற விருப்பம் மட்டுமே உறுப்பினராக தேவையானது.
4. NA- ஐ மொத்தமாகவோ அல்லது மற்ற குழுக்களையோ பாதிக்கும் விவகாரங்கள் தவிர, ஒவ்வொரு குழுவும் சுயேட்சையாக செயல்பட வேண்டும்.
5. இன்னமும் அடிச்சனால் அவதிப்பட்டுக் கொண்டிருப்பவர்களுக்கு NA வின் செய்தியை தெரியப்படுத்துவதே ஒவ்வொரு குழுவின் அடிப்படை நோக்கமாகும்.
6. NA குழு தனது ஆதரவு, நிதி மற்றும் NAவின் பெயர் ஆகியவற்றை சம்பந்தப்பட்ட எந்த ஒரு அமைப்பிற்கோ அல்லது வெளி நிறுவனங்களுக்கோ கண்டிப்பாக கொடுக்கக்கூடாது. பணம், சொத்து, புகழ் போன்றவை நமது அடிப்படை நோக்கத்திலிருந்து நம்மைத் திருப்பிவிடும்.
7. ஒவ்வொரு NA குழுவும் வெளியாரின் பங்களிப்பை மறுத்து கண்டிப்பாக முற்றிலும் சுயஆதரவுடனேயே இயங்க வேண்டும்.
8. நார்காட்டிக்ஸ் அனானிமஸ் எப்பொழுதும் தொழில் ரீதியாக இல்லாமல் இருக்கவேண்டும். ஆனால் நமது சேவைமையங்கள் சிறப்புப் பணியாளர்களை வேலைக்கமர்த்தலாம்.
9. NA ஐ ஒருபோதும் நிறுவனமயமாக்கக்கூடாது. ஆனால் யாருக்கு தொண்டு செய்கிறோமோ அவர்களுக்கு மட்டுமே கடமைப்பட்டுள்ள சேவைக்குழுக்கள் அல்லது அமைப்புகள் போன்றவற்றை நாம் உருவாக்கலாம்.
10. நார்காட்டிக்ஸ் அனானிமஸுக்கு வெளி விவகாரங்கள் பற்றி எந்த அபிப்பிராயங்களும் கிடையாது, ஆகையால் பொது சர்ச்சைகளில் கண்டிப்பாக ஒருபொழுதும் NA வின் பெயரை இழுக்கக்கூடாது.
11. நமது பொதுத்தொடர்பு கொள்கை கவர்தலின் மூலம் இருக்க வேண்டுமே தவிர உயர்த்தி காட்டுதலால் அல்ல. பத்திரிக்கை, வானொலி, திரைப்படம் போன்றவைகளில் நம்மை தனிப்பட்ட முறையில் இன்னார் என்று வெளிப்படுத்தாமல் இருப்பது எப்பொழுதும் அவசியம்.
12. நாம் இன்னார் என்று வெளிப்படுத்தாமல் இருப்பதே நமது எல்லா கோட்பாடுகளின் ஆன்மீக அஸ்திவாரம். இது தனி நபரை விட நமது தத்துவங்கள்தான் முக்கியம் என நமக்கு எப்பொழுதும் நினவூட்டுகிறது.

(அடுத்தப் பக்கம் திருப்பவும்)

இந்த கோட்பாடுகள் காலப்போக்கில் மெதுவாக புரிய வரும். நாங்கள் பல்வேறு குழுக்களைச் சந்தித்து அதன் உறுப்பினர்களிடம் இருந்து தகவல்களை சேகரித்தோம். “தனிநபருடைய நலமடைதல் NA வின் ஒற்றுமையை சார்ந்திருக்கிறது” என்பதை யாரோ ஒருவர் சுட்டிக்காட்டும் வரை நாம் வழக்கமாக சேவையில் ஈடுபடுவது இல்லை மற்றும் நமது கோட்பாடுகளை நாம் எப்படி நல்ல விதமாக பின்பற்றுகிறோமோ அதற்கேற்ப நமது ஒற்றுமையும் இருக்கும். NA வின் பன்னிரண்டு கோட்பாடுகள் மாற்ற முடியாதவை. அவற்றின் வழிகாட்டுதல்கள் நமது சங்கத்தை உயிர்ப்புடனும், சுதந்திரமாகவும் வைத்திருக்கின்றன.

இந்த வழிகாட்டுதல்களைப் பின்பற்றுவதன் மூலம் நம்முடன் தொடர்புள்ள மற்றவர்களுடனும் சமுதாயத்தில் உள்ள பலருடனும் உள்ள பல பிரச்சினைகளைத் தவிர்க்கலாம். அதற்காக நமது கோட்பாடுகள் எல்லா பிரச்சினைகளையும் நீக்கிவிடும் என்று சொல்ல முடியாது. தகவல் தொடர்பு பிரச்சினைகள், கருத்து வேறுபாடுகள், உள்விவாதங்கள் மற்றும் சங்கத்தின் வெளியே இருக்கும் தனிநபர் மற்றும் குழுக்களுடனான பிரச்சினைகள் போன்ற சிக்கல்கள் வரும் பொழுது எல்லாம் அவற்றை நாம் எதிர் கொள்ள வேண்டியிருக்கும். எனினும், இந்த தத்துவங்களை நாம் கடைப்பிடிக்கும் போது, நாம் சில சிரமங்களைத் தவிர்க்கிறோம்.

இதே போன்ற பல பிரச்சினைகளை நமது முன்னோடிகள் முன்பே சந்திக்க வேண்டியிருந்தது. பல சிரமங்களுக்கிடையே அவர்களுக்கு கிடைத்த அனுபவங்களினால் இந்த கோட்பாடுகள் பிறந்தன. இந்த கோட்பாடுகள் உருவாக்கப்பட்ட போது இருந்ததைப் போலவே இன்றைக்கும் இந்த தத்துவங்கள் ஏற்கத்தக்கதாக உள்ளன என்பதை நமது சொந்த அனுபவங்கள் காட்டுகின்றன. உள்ளே இருந்தும் வெளியிலிருந்தும் நம்மை அழிக்கக்கூடிய சக்திகளிடமிருந்து நமது கோட்பாடுகள் நம்மை பாதுகாக்கின்றன. அவைகள் உண்மையாகவே நம்மை ஒன்றாக இணைக்கின்றன. இதனைப் புரிந்துகொண்டு நடைமுறைப்படுத்தினால் மட்டுமே இவை வேலை செய்யும்.

AA World Services, Inc. இன் அனுமதியுடன், மாற்றியமைப்பதற்காக பன்னிரண்டு கோட்பாடுகள் மறுஅச்சிடப்பட்டது

வெண்மை நிற *Narcotics Anonymous* சிற்றேட்டிலிருந்து மறுஅச்சிடப்பட்டது

© 1986 by Narcotics Anonymous World Services, Inc., PO Box 9999, Van Nuys, CA 91409

Tamil 9/19

## இன்று மட்டும்

உங்களுக்கு நீங்களே சொல்லி கொள்ளுங்கள்:

- இன்று மட்டும், நலமடைதலை குறித்து எனது சிந்தனைகள் இருக்கும். போதைப்பொருட்களை உபயோகிக்காமல் வாழ்வேன் மேலும் வாழ்க்கையை அனுபவிப்பேன்.
- இன்று மட்டும், நான் நலமடைவதில் உதவ விரும்புகிற மற்றும் என்னை நம்புகிற, NA வில் இருக்கும் ஒருவர் மீது நம்பிக்கை வைப்பேன்.
- இன்று மட்டும், நான் ஒரு செயல் திட்டத்தை வைத்துக் கொள்வேன், அதை என்னால் முடிந்த வரை சிறப்பாக பின்பற்றுவேன்.
- இன்று மட்டும், என்னுடைய வாழ்க்கை பற்றிய சிறந்த கண்ணோட்டத்தை NA மூலம் பெற முயற்சி செய்வேன்.
- இன்று மட்டும், நான் பயப்படாமல் இருப்பேன். போதைப் பொருட்களை உபயோகிக்காமல் புதிய வாழ்க்கையைக் கண்ட நபர்கள் மற்றும் புதிய தொடர்புகள் பற்றி எனது எண்ணங்கள் இருக்கும். இந்த வழிகளைப் பின்பற்றும் வரை நான் பயப்படுவதற்கு ஒன்றுமில்லை.



## நாம் நலமடைகிறோம்

போதைப்பொருட்களை உபயோகித்தாலும் அல்லது உபயோகிக்கவில்லை என்றாலும் நாம் ஒரு மனிதனாக செயல்பட முடியவில்லை என்பதை இறுதியாகக் கண்டோம். இந்த இக்கட்டான நிலைமையை நாம் அனைவரும் எதிர் கொண்டோம். இப்பொழுது செய்வதற்கு என்ன இருக்கிறது? இதற்கு இந்த மாற்று வழி இருப்பதாக தெரிகிறது; சிறைச்சாலைகள், அமைப்புக்கள், மரணம் போன்ற கசப்பான முடிவுகளுக்கு செல்லலாம் அல்லது வாழ்வதற்கான ஒரு புதிய வழியை தேடலாம். கடந்த சில வருடங்களில், இதுவரை மிகச்சில அடிக்குகளுக்கு மட்டுமே இது கடைசி வாய்ப்பாக இருந்தது. இன்று அடிக்கடாகி இருப்பவர்கள் மிகவும் அதிர்ஷ்டசாலிகள். மனிதனின் முழு வரலாற்றில் முதல் முறையாக ஒரு எளிமையான வழி பல அடிக்குகளின் வாழ்வில் “இது செயல்படும்” என்பதை நிரூபித்து வருகிறது. இது நம் அனைவருக்கும்கிடைக்கிறது. இந்த எளிமையான மதம்சாராத ஆன்மீக செயல் திட்டம் நார்காடிக்ஸ் அனானிமஸ் என்று அறியப்படுகிறது.