

Como funciona

Se você quer o que nós temos a oferecer e está disposto a fazer um esforço para obtê-lo, então está preparado para dar certos passos. Estes são os princípios que possibilitaram nossa recuperação.

1. Admitimos que éramos impotentes perante a nossa adicção, que nossas vidas tinham se tornado incontrolláveis.
2. Viemos a acreditar que um Poder maior do que nós poderia devolver-nos à sanidade.
3. Decidimos entregar nossa vontade e nossas vidas aos cuidados de Deus, *da maneira como nós O compreendíamos*.
4. Fizemos um profundo e destemido inventário moral de nós mesmos.
5. Admitimos a Deus, a nós mesmos e a outro ser humano a natureza exata das nossas falhas.
6. Prontificamo-nos inteiramente a deixar que Deus removesse todos esses defeitos de caráter.
7. Humildemente pedimos a Ele que removesse nossos defeitos.
8. Fizemos uma lista de todas as pessoas que tínhamos prejudicado, e dispusemo-nos a fazer reparações a todas elas.
9. Fizemos reparações diretas a tais pessoas, sempre que possível, exceto quando fazê-lo pudesse prejudicá-las ou a outras.
10. Continuamos fazendo o inventário pessoal e, quando estávamos errados, nós o admitíamos prontamente.
11. Procuramos, através de prece e meditação, melhorar o nosso contato consciente com Deus, *da maneira como nós O compreendíamos*, rogando apenas o conhecimento da Sua vontade em relação a nós, e o poder de realizar essa vontade.
12. Tendo experimentado um despertar espiritual, como resultado destes passos, procuramos levar esta mensagem a outros adictos e praticar estes princípios em todas as nossas atividades.

Isto parece ser uma grande tarefa e não podemos fazer tudo de uma só vez. Não nos tornamos adictos num dia, lembre-se — *vá com calma*.

Mais do que qualquer outra coisa, uma atitude de indiferença ou intolerância com os princípios espirituais irá derrotar nossa recuperação. Três destes princípios são indispensáveis: honestidade, mente aberta e boa vontade. Com estes princípios estamos bem no caminho da recuperação.

Sentimos que abordamos a doença da adicção de maneira completamente realista, já que o valor terapêutico da ajuda de um adicto a outro não tem paralelo. Sentimos que o nosso método é prático, porque um adicto pode melhor compreender e ajudar outro adicto. Acreditamos que, quanto mais rapidamente encaramos nossos problemas na sociedade, no dia-a-dia, mais rapidamente nos tornamos membros aceitáveis, responsáveis e produtivos dessa sociedade.

A única maneira de não voltar à adicção ativa é não tomar aquela primeira droga. Se você é como nós, então sabe que uma é demais e mil não bastam. Colocamos grande ênfase nisto, pois sabemos que, quando usamos qualquer droga, ou substituímos uma por outra, liberamos nossa adicção novamente.

Pensar que o álcool é diferente das outras drogas fez muitos adictos recaírem. Antes de chegar a NA, muitos de nós encaravam o álcool separadamente. Não podemos nos enganar. O álcool é uma droga. Sofremos de uma doença chamada adicção e temos que nos abster de todas as drogas para podermos nos recuperar.

(Retirado do livro *Narcóticos Anônimos*, página 18)