

Sudut Pandang Lain

Mungkin, definisi kecanduan sama banyaknya dengan beragam cara berpikir, baik berdasarkan penelitian maupun pengalaman pribadi. Bukanlah hal yang mengejutkan bahwa ada pertentangan tentang definisi-definisi yang kita dengar. Beberapa dari kita melihatnya setuju dengan fakta yang telah diamati dan diketahui menurut beberapa kelompok lebih baik dibandingkan dengan kelompok lain. Jika kita dapat menerima ini sebagai sebuah fakta, mungkin sudut pandang lainnya tidak perlu diperiksa lagi, dengan harapan bahwa kita dapat menemukan sebuah cara yang lebih mendasar untuk segala pemahaman mengenai kecanduan dan lebih sah dalam membangun komunikasi di antara kita semua. Seandainya kita dapat menemukan kesepakatan yang lebih baik tentang *apakah yang tidak termasuk kecanduan*, maka pertanyaan *apakah kecanduan itu* akan tampak lebih jelas.

Mungkin kita bisa sepakat dalam beberapa hal penting ini.

1. Kecanduan bukanlah kebebasan.

Sifat dasar penyakit kita dan gejala yang ditemukan menunjukkan fakta ini. Kita, para pecandu menilai kebebasan individu terlalu tinggi, mungkin karena kita sangat menginginkannya dan jarang mengalaminya dalam perkembangan penyakit kita. Bahkan di masa-masa berpantang penuh, kebebasan kita dibatasi. Kita tidak pernah cukup yakin apakah keputusan atas segala tindakan tersebut didasari oleh keinginan yang sadar guna meneruskan pemulihan atau keinginan tidak sadar kita untuk kembali menggunakan. Kita melakukan pencarian untuk memanipulasi orang-orang dan kondisi serta mengatur segala tindakan tersebut; kemudian kita menghancurkannya secara spontan, sebuah nilai yang utuh dari kebebasan. Kita gagal mengenali bahwa kebutuhan untuk mengendalikan tumbuh dari sebuah rasa takut akan kehilangan kendali. Rasa takut ini, sebagian didasari

oleh kegagalan-kegagalan di masa lalu serta kekecewaan-kekecewaan dalam mengatasi kesulitan hidup, mencegah kita dari membuat pilihan yang penuh arti; pilihan yang apabila diikuti oleh tindakan akan menyingkirkan rasa takut itu sendiri yang telah menghalangi kita.

2. Kecanduan bukanlah perkembangan pribadi.

Rutinitas kecanduan aktif kita yang monoton, palsu, ritualistik, kompulsif, dan obsesif membuat kita tidak mampu memiliki pemikiran dan tindakan responsif atau penuh arti. Perkembangan pribadi merupakan usaha kreatif dan tindakan yang memiliki tujuan; ini mensyaratkan pilihan, perubahan, serta kemampuan untuk menghadapi hidup sebagaimana mestinya.

3. Kecanduan bukanlah semata-mata niat baik.

Kecanduan telah memisahkan kita dari orang-orang, tempat, serta hal-hal apa pun di luar dunia kita sendiri seperti mendapatkan, menggunakan, dan mencari cara dan sarana untuk melanjutkannya. Mencekam, menyesal, terpusat pada diri sendiri, dan sibuk dengan diri sendiri, kita memutus segala ketertarikan di luar dunia kita seiring perkembangan penyakit kita. Kita hidup dalam ketakutan dan kecurigaan terhadap setiap orang tempat kita menggantungkan kebutuhan. Ketakutan ini menyentuh segala aspek kehidupan kita dan apa pun yang tidak sepenuhnya kita kenal berubah menjadi sesuatu yang asing dan berbahaya. Dunia kita menyusut dan pengasingan diri menjadi tujuannya. Ini mungkin sebuah kebenaran dari sifat alami kekacauan kita.

Semua itu telah disebutkan sebelumnya serta dapat diambil kesimpulannya...

4. Kecanduan bukanlah sebuah cara untuk hidup.

Dunia kegilaan, pencarian diri sendiri, berpusat pada diri sendiri serta perilaku

menutup diri seorang pecandu sangatlah sulit disebut sebagai sebuah cara hidup; paling-paling hanya sebuah cara bertahan hidup untuk sementara. Bahkan dalam keberadaannya yang terbatas, inilah jalan keputusan, kehancuran serta kematian.

Segala bentuk gaya hidup yang berupa pencarian pemenuhan spiritual nampaknya untuk memenuhi tuntutan segala hal yang tidak ada dalam kecanduan: *kebebasan, niat baik, tindakan kreatif, dan perkembangan kepribadian*.

Dengan kebebasan, hidup menjadi berarti, berubah, serta menguntungkan. Selalu melihat ke depan dengan pengharapan yang masuk akal demi sebuah kesadaran yang lebih baik dan beragam dari semua keinginan-keinginan kita serta sebuah pemenuhan yang lebih baik dari kepribadian diri kita sendiri. Ini semua, tentu saja, beberapa dari keuntungan perkembangan spiritual sebagai hasil dari mempraktikkan Dua Belas Langkah NA dalam kehidupan sehari-hari.

Niat baik merupakan sebuah tindakan yang mengikutsertakan orang lain termasuk diri kita sendiri – sebuah cara yang menganggap orang lain sama pentingnya dalam kehidupan mereka seperti pentingnya diri kita dalam kehidupan. Sangatlah sulit mengatakan apakah niat baik merupakan kunci untuk berempati atau sebaliknya. Jika kita menyetujui empati sebagai sebuah kapasitas guna melihat diri kita sendiri dalam penglihatan orang lain, tanpa kehilangan identitas diri sendiri, kita mengenali sebuah kesamaan di kedua cara tersebut. Jika kita telah bisa menerima diri kita sendiri, mengapa kita menolak orang lain? Kasih sayang timbul dari melihat kesamaan. Intoleran dihasilkan oleh perbedaan-perbedaan yang tidak mau kita terima.

Dalam perkembangan pribadi, kita menggunakan keduanya, kebebasan serta niat baik dalam bekerja sama dengan orang lain. Kita menyadari bahwa kita tidak bisa hidup sendiri; bahwa perkembangan pribadi juga merupakan perkembangan antarpribadi. Dalam rangka menemukan keseimbangan yang lebih baik, kita menguji nilai pribadi, sosial, dan spiritual sebagaimana nilai materi. Tampaknya kedewasaan menuntut evaluasi semacam ini.

Dalam masa kecanduan aktif, ketidakwarasan, institusi, serta kematian adalah satu-satunya jalan terakhir. Dalam pemulihan, melalui pertolongan Kekuatan yang lebih Besar dan langkah-langkah NA, segalanya menjadi mungkin.

Tindakan kreatif bukan lagi sebuah prosedur misterius, meskipun hal ini merupakan sebuah pekerjaan dari dalam diri dalam membangun atau menyatukan ulang nilai-nilai kita yang berantakan serta keretakan-keretakan kepribadian. Sering kali, hal ini cukup dengan mendengarkan firasat-firasat serta intuisi-intuisi yang kita anggap dapat bermanfaat bagi orang lain atau diri kita sendiri dan melakukan semua itu dengan spontan. Di sinilah prinsip-prinsip dasar tindakan menjadi jelas. Kita kemudian dapat membuat keputusan berdasarkan prinsip-prinsip yang memiliki nilai yang hakiki bagi diri kita sendiri.

Tujuan Dua Belas Langkah Narkotik Anonimus menjadi jelas sebagaimana kita mene-mukan bahwa bergantung kepada sebuah Kekuatan yang lebih Besar, sebagaimana kita masing-masing memahaminya, membawa rasa penghargaan terhadap diri sendiri dan kemandirian. Kita tahu bahwa kita tidak lebih hebat atau lebih rendah dari siapa pun; nilai kita yang sebenarnya terletak pada menjadi diri kita sendiri. Kebebasan, dengan tanggung jawab kepada diri kita sendiri dan tindakan kita, tampaknya menjadi hal utama dalam hidup kita. Kita mempertahankan dan memperluas kebebasan melalui praktik sehari-hari; inilah tindakan kreatif yang tidak pernah berakhir. Niat baik, tentu saja, adalah awal dari semua pertumbuhan spiritual. Hal ini menimbulkan kasih sayang dan cinta dalam semua tindakan kita. Ketiga tujuan ini, *kebebasan*, *tindakan kreatif*, dan *niat baik*, ketika ditampilkan dalam pelayanan di persaudaraan, tanpa mencari imbalan pribadi, membawa perubahan yang ujungnya tidak dapat kita prediksi atau kontrol. Oleh karena itu, layanan juga merupakan Kekuatan yang lebih Besar dari kita, dan memiliki arti yang sangat berarti untuk semua.

**Rasa syukur saya sampaikan
ketika saya peduli dan
ketika saya berbagi
dengan orang lain dengan cara NA**

Copyright © 2018 by
Narcotics Anonymous World Services, Inc.
Semua Hak Dilindungi

World Service Office
PO Box 9999
Van Nuys, CA 91409 USA
Tel 818.773.9999 Fax 818.700.0700
www.na.org

World Service Office-Europe
B-1050 Brussels, Belgium
Tel. +32/2/646 6012

World Service Office-Canada
Mississauga, Ontario

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



Ini adalah terjemahan literatur yang telah disetujui
oleh Persaudaraan NA.

Narcotics Anonymous, , , , dan The NA Way
Merek Terdaftar

Narcotics Anonymous World Services, Incorporated.

ISBN 978-1-63380-149-3 Indonesian 1/18

WSO Catalog Item No. ID3105



Narcotics Anonymous®
Narkotik Anonimus

IP No. 5-ID

**Sudut
Pandang Lain**