

Zkušenosti jednoho závislého s přijetím, vírou a závazkem

Když jsem nastoupil do programu NA, měl jsem už identifikovaný svůj problém – toužil jsem s užíváním přestat, ale nevěděl jsem jak. Vzhledem k povaze závislosti jsem byl celou svojí osobností zaměřený na získávání, užívání a hledání způsobů a prostředků, jak získat další. Všechny mé vlastnosti tuto posedlost sebou samým posilovaly. Byl jsem naprosto sebestředný a snažil jsem se řídit svůj život tím, že jsem manipuloval lidi a okolnosti ve svůj prospěch. Ztratil jsem veškerou kontrolu. Posedlost mě nutila užívat drogy opakovaně a proti své vůli, s vědomím, že je to sebe-destruktivní a proti mému základnímu pudu sebezáchovy. Šílený a s pocitem beznadějně bezmoci jsem boj vzdal a smířil se s tím, že jsem závislý – že můj život je naprosto ne-zvladatelný a že jsem vůči nemoci bezmocný. Moje síla vůle mi nemohla změnit nemocné tělo, které nutkavě toužilo po drogách. Moje sebeovládání mi nemohlo změnit nemocnou mysl, posedlou myšlenkou na užívání prostředků měnících náladu, aby unikla realitě. Ani mé nejvyšší ideály mi nemohly změnit mého nemocného ducha – lstivého, zákeřného a zcela sebestředného. Jakmile jsem dokázal přijmout realitu své bezmoci, užívat drogy jsem už nepotřeboval. Toto přijetí mého stavu – mé bezmoci vůči závislosti a nezvládnutelnosti mého života – bylo klíčem k mému uzdravování.

S pomocí uzdravujících se závislých na setkáních NA jsem abstinovat – minutu, hodinu, den po dni. Stále jsem se chtěl sjet. Život bez drog mi připadal nesnesitelný. Když jsem se vzdal, cítil jsem se ještě beznadějněji než předtím, a abych se s tím vyrovnal, moje mysl mi říkala, abych znovu užíval drogy. Přijetí mé bezmoci a nezvládnutelnosti mého života způsobilo, že jsem potřeboval, aby mi

sebedestruktivní povahu změnila moc silnější než moje nemoc. Lidé, které jsem potkával na setkáních, mi říkali, že moc větší než jejich závislost našli v programu NA. Tito lidé byli měsíce nebo roky čistí, a brát už ani nechtěli. Řekli mi, že touhu užívat drogy mohu ztratit tím, když budu žít podle programu NA. Nezbyvalo mi nic jiného než jim uvěřit. Vyzkoušel jsem lékaře, psychiatry, nemocnice, psychiatrické léčebny, změnu zaměstnání, sňatky, rozvody; všechno selhalo. Vypadalo to beznadějně, ale v NA jsem viděl naději. Setkal jsem se se závislými, kteří se ze své nemoci uzdravovali. Začal jsem věřit, že se mohu naučit žít bez drog. V NA jsem našel víru, kterou jsem potřeboval, abych se mohl začít měnit.

V té době jsem už přestal užívat drogy a neochotně jsem věřil, že bych mohl i nadále abstinovat. Stále jsem myslel a cítil se jako závislý, jen jsem neužíval drogy. Moje osobnost a povaha byly stejné jako vždycky. Všechno, čím, kým a jaký jsem byl, posilovalo mou sebedestruktivitu. Musel jsem se změnit, jinak bych začal užívat znovu. Svůj stav jsem přijal a věřil, že se dokážu uzdravovat. Abych toho dosáhl, musel jsem se zcela zavázat k dodržování duchovních zásad programu NA.

S pomocí svého sponzora jsem se rozhodl odevzdat svůj život a svou vůli Bohu, jak jsem ho chápal. To byl pro mě zlomový okamžik. Toto rozhodnutí vyžadovalo neustálé přijetí, stále větší víru a každodenní závazek k uzdravování. Rozhodnutí předat svůj život a vůli Bohu vyžadovalo, abych zjistil něco o sobě a aktivně se snažil změnit své způsoby vyrovnávání se s realitou. Tento závazek vnesl do mého života upřímnost. NA program pro mě funguje takto: Přijímám svou nemoc, věřím, že mě program může změnit, a zavazuji se dodržovat duchovní principy uzdravování.

Nyní je třeba jednat. Pokud se nezměním, budu nešťastný a vrátím se k užívání drog. Opatření navržená programem NA mi mohou změnit osobnost a charakter. Poctivě se zkoumám a zapisuji si, co jsem dělal a jak jsem se cítil. Úplně se odhalím svému Bohu a jinému člověku, mluvím o všech svých nejtajnějších obavách, vzteku a zášti. Tím, že dělám tyto věci, mi život přestala ovládat minulost a získal jsem svobodu žít dnes podle svých ideálů. Začínám se chovat jinak a jsem vždy znovu připravený na to, aby mě můj Bůh proměnil v takového člověka, jakým chce, abych byl.

Začal jsem si vytvářet rozumný obraz o sobě samém, který vychází z reality, tím, že jsem požádal, abych byl zbaven svých nedostatků.

Tím, že jsem napravil křivdy, které jsem způsobil druhým lidem, jsem se naučil odpouštět sobě i druhým.

Pravidelně reviduji své chování, a když udělám chybu, co nejdříve ji napravuji. Neustále rozvíjím a rozšiřuji důvěru a víru v duchovní principy. Dávám druhým, sdílím sebe i náš program a snažím se žít podle principů, které jsem se naučil. Těchto Dvanáct kroků mi umožnilo přestat užívat, zbavilo mě touhy užívat a dalo mi nový způsob života.



Narcotics Anonymous®
Anonymní narkomani

Copyright © 2025 by
Narcotics Anonymous World Services, Inc.
Veškerá práva vyhrazena

World Service Office
PO Box 9999
Van Nuys, CA 91409 USA
T +1/818.773.9999
F +1/818.700.0700
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.wsoiran.org



Toto je překlad literatury schválený Společenstvím NA

Narcotics Anonymous,   , a The NA Way
jsou registrované ochranné značky společnosti
Narcotics Anonymous World Services, Incorporated.

ISBN 9781633804395 Czech 2/25

WSO Catalog Item No. CS3114

IP č. 14-CS

**Zkušenosti
jednoho
závislého
s přijetím, vírou
a závazkem**