

Još jedan pogled

Postoji vjerojatno onoliko definicija ovisnosti koliko i načina razmišljanja, a one se temelje kako na istraživanjima, tako i na osobnim iskustvima. Ne iznenađuje da se te definicije u mnogome ne podudaraju. Neke se više uklapaju u poznate činjenice koje zamjećujemo o jednoj vrsti ovisnosti, a neke o drugoj. Ukoliko prihvatimo da je tako, trebali bi razmotriti i gledišta različita od našeg, u nadi da ćemo tako otkriti ono što je zajedničko svim ovisnostima i što bi omogućilo bolju komunikaciju među svima nama. Što se više složimo oko toga *što ovisnost nije*, bit će nam jasnije *što ona jest*.

Možda se možemo složiti oko nekih glavnih točaka.

1. Ovisnost nije sloboda.

Sama priroda naše bolesti, kao i njeni simptomi koje zamjećujemo, naglašavaju ovu činjenicu. Mi ovisnici izuzetno cijenimo osobnu slobodu, možda zbog toga što je tako snažno želimo, a tako je rijetko doživljavamo za vrijeme naše bolesti. Čak i u periodima apstinencije naša sloboda je ograničena. Nikada nismo potpuno sigurni temelje li se naši postupci na svjesnoj želji za nastavkom oporavka ili na nesvjesnoj želji da se vratimo drogiranju. Mi težimo tome da manipuliramo ljudima i okolnostima i da kontroliramo sve što činimo; tako uništavamo spontanost, zaštitni znak slobode. Ne uspijevamo shvatiti da potreba za kontrolom izvire iz straha od gubitka kontrole. Taj strah, dijelom zasnovan na prošlim neuspjesima i razočaranjima pri rješavanju životnih poteškoća, sprječava nas u odabiru smislenijih odluka, koje bi, kada bismo djelovali u skladu s njima, uklonile taj isti strah koji nas koči.

2. Ovisnost nije osobni razvoj.

Jednolične, oponašateljske, ritualne, kompulzivne (prisilne) i opsesivne rutinske radnje aktivne ovisnosti čine nas nesposobnima za odgovarajuće i smisleno razmišljanje i djelovanje. Osobni razvoj je kreativni napor i svrhovito ponašanje; on pretpostavlja izbor, promjenu i sposobnost suočavanja sa životom kakav on stvarno jest.

3. Ovisnost nije dobronamjernost.

Ovisnost nas odvaja od ljudi, mjesta i stvari koje su izvan našeg svijeta nabavljanja, drogiranja i nalaženja načina i sredstava da s tim nastavimo. Neprijateljski raspoloženi, ogorčeni, egocentrični i zabrinuti samo za sebe, tijekom napredovanja naše bolesti gubimo zanimanje za vanjski svijet. Živimo u strahu od sumnji u iste one ljude o kojima ovisimo. Ovo se odnosi na sva područja našeg života i sve što nam nije sasvim blisko postaje nam strano i opasno. Naš svijet se sužava s krajnjim ciljem izolacije. Upravo to bi mogla biti prava priroda našeg poremećaja.

Sve navedeno može se sažeti u...

4. Ovisnost nije način života.

Bolestan, sebičan, egocentričan i u sebe zatvoren svijet ovisnika teško da može proći kao način života; u najboljem slučaju on bi mogao biti način preživljavanja za neko vrijeme. Čak i kao ovako ograničen vid postojanja, on je put očaja, razaranja i smrti.

Čini se da svaki životni stil koji teži duhovnom ispunjenju traži upravo ono čega u ovisnosti nema: *slobodu, dobronamjernost, kreativno djelovanje i osobni razvoj*.

Kad smo slobodni, život je proces pun smisla, promjena i napretka. Možemo se, uz realna očekivanja, radovati boljem i bogatijem ostvarivanju naših želja i većem ispunjenju nas samih. Ovo su, naravno, samo neki od

pokazatelja duhovnog razvitka koji proizlazi iz svakodnevne primjene Dvanaest koraka NA.

Dobronamjernost je djelovanje koje uključuje i druge osim nas – na način da uviđamo kako su drugi jednako toliko sebi važni u njihovim vlastitim životima koliko i mi sebi u svom. Teško je reći proistječe li dobronamjernost iz suosjećanja ili je obratno. Ako prihvatimo suosjećanje kao sposobnost da svjesno vidimo sebe u drugima, a da pri tom ne izgubimo svoj vlastiti identitet, onda prepoznavamo istovjetnost sebe i drugih. Ako smo prihvatili sebe, kako možemo odbaciti druge? Naklonost proizlazi iz uočavanja sličnosti. Netrpeljivost je posljedica razlika koje ne želimo prihvatiti.

U osobnom razvoju, mi koristimo i slobodu i dobronamjernost u odnosima s drugima. Mi shvaćamo da ne možemo živjeti sami, i da osobni razvoj podrazumijeva i razvoj naših odnosa s drugima. Kako bismo u tome našli pravu mjeru, mi preispitujemo osobne, društvene, duhovne, kao i materijalne vrijednosti. Čini se da zrelost zahtijeva ovakvu vrst procjene.

U aktivnoj ovisnosti, ludilo, ustanove i smrt su jedini završeci. U oporavku, uz pomoć Više sile i koraka NA, sve je moguće.

Kreativno djelovanje nije nikakav zagonetni postupak, mada je riječ o nutarnjoj izgradnji i ponovnom sastavljanju naših uneređenih i slomljenih osobnosti. Često to jednostavno znači slušati nutarnji glas i intuitivne predosjećaje za koje mislimo da će koristiti nama i drugima, te spontano djelovati u skladu s njima. Ovdje mnoga osnovna načela djelovanja postaju očita. Tako se osposobljavamo donositi odluke utemeljene na načelima koja imaju pravu vrijednost za nas.

Svrha Dvanaest koraka Anonimnih narkomana postaje jasna kako uviđamo da oslonac na Višu silu, kako je svatko od nas shvaća,

donosi samopoštovanje i samopouzdanje. Mi znamo da nismo ni bolji ni gori od bilo koga; naša prava vrijednost leži u tome da budemo ono što jesmo. Sloboda je, uz odgovornost za sebe i svoja djela, najvažnija u našem životu. Mi čuvamo i povećavamo slobodu kroz svakodnevnu primjenu; to je kreativno djelovanje koje nikad ne prestaje. Dobronamjernost je, jasno, početak svakog duhovnog rasta. Ona vodi naklonosti i ljubavi u svim našim postupcima. Ova tri cilja, *sloboda, kreativno djelovanje i dobronamjernost*, kada se pokazuju kroz služenje u udruženju bez traženja nagrade ili priznanja za sebe, donose promjene čije dosege ne možemo predvidjeti, niti kontrolirati. Zbog toga je služenje također Sila veća od nas samih, i ima veliko značenje za sve.

Moja zahvalnost progovara kada brinem za druge i kada s ostalima dijelim NA put

Copyright © 2010 by
Narcotics Anonymous World Services, Inc.
Sva prava zadržana

World Service Office
PO Box 9999
Van Nuys, CA 91409 USA
Tel. (818) 773-9999
Fax (818) 700-0700
Website: www.na.org

World Service Office—EUROPE
48 Rue de l'Eté
B-1050 Brussels, Belgium
Tel. +32/2/646-6012
Fax +32/2/649-9239

World Service Office—CANADA
150 Britannia Rd. E. Unit 21
Mississauga, Ontario, L4Z 2A4, Canada
Tel. (905) 507-0100
Fax (905) 507-0101



Ovaj prijevod literature je odobren od strane udruženja
Anonimnih narkomana.

Narcotics Anonymous,    i The NA Way
su registrirani zaštitni znaci
Narcotics Anonymous World Services, Incorporated.

ISBN 978-1-55776-812-4

Croatian

2/10

WSO Catalog Item No. CR-3105



Narcotics Anonymous®
Anonimni narkomani

IP br. 5-CR

Još jedan pogled