

Apsēstības trīsstūris

Piedzimstot mēs apzināmies tikai paši sevi, mēs esam visums. Mēs nespējam attīstīt savu sapratni daudz tālāk par savām pamatvajadzībām, un, ja šīs vajadzības tiek nodrošinātas, mēs esam apmierināti. Mūsu uztverei attīstoties, mēs aizvien vairāk sākam apzināties pasauli, kas ir mums apkārt. Mēs atklājam, ka atrodamies starp dažādiem cilvēkiem, vietām un lietām, un to, ka tie spēj apmierināt mūsu vajadzības. Šajā attīstības stadijā mēs arī mācāmies atpazīt atšķirīgo un attīstīt sapratni par to, kas mums patīk. Mēs mācāmies gribēt un izvēlēties. Mēs esam augošā visuma centrs, un sagaidām, lai tiktu nodrošināti ar visu mums nepieciešamo un vēlamu. Redzot, kā brīnumainā kārtā tiek apmierinātas mūsu pamatvajadzības, mēs sākam alkt pēc tā, lai apmierinātas tiktu arī mūsu vēlmes.

Vairums bērnu pieaugot sāk apgūt un saprast, ka ār pasaule nespēj nodrošināt visas viņu iegribas un vajadzības. Viņi sāk pašu spēkiem papildināt to, ko viņi ir saņēmuši no apkārtējiem. Mazinoties viņu atkarībai no cilvēkiem, vietām un lietām, viņi aizvien vairāk sāk paļauties paši uz sevi. Viņi kļūst aizvien pašpietiekamāki, un saprot, ka laime un apmierinājums meklējams savas esības iekšienē. Lielākā daļa cilvēku pieaug, viņi atpazīst un pieņem gan savas labās īpašības, gan trūkumus, gan arī savu personīgo iespēju robežas. Pienāk laiks, kad viņi meklē par sevi lielāku Spēku, kas, gādātu par tām lietām, kuras viņi paši nespēj sev sagādāt. Lielākai daļai cilvēku pieaugšana ir dabīgs process.

Mēs, atkarīgie, neizskatāmies diez ko pārlicinoši, ejot šo attīstības ceļu. Izskatās, ka mums nekad tā arī nav lemts izaugt no bērnišķīgā egocentriska autiņiem, kļūstot par pašpietiekamām personām, kā tas izdodas citiem cilvēkiem. Mēs turpinām būt atkarīgi

no apkārtējās pasaules un nespējam pieņemt to, ka nesaņemsim visu, ko vēlamies. Mēs kļūstam apsēsti ar sevi un mūsu vēlmes kļūst par ultimātiem. Mēs nonākam tik tālu, ka nekāds apmierinājums vai papildījums mums vairs nav iespējams. Cilvēki, vietas un lietas vairs nevar aizpildīt tukšumu mūsos, un mūsu atbildes reakcija uz to ir aizvainojums, dusmas un bailes.

Apsēstības trīsstūris sastāv no aizvainojuma, dusmām un bailēm. Visi mūsu rakstura trūkumi ir aizgūti no šīm trim reakcijām. Apsēstība ar sevi ir mūsu neprāta kodolā.

Daudzi no mums uz pagātņi reagē ar aizvainojumu, mēs atkal un atkal atgriežamies, lai no jauna pārdzīvotu savu pagātnes pieredzi. Dusmas ir mūsu reakcija uz tagadni, mūsu reakcija uz šobrīd notiekošo ir realitātes noliegums. Bailes ir sajūta, kura mūs pārņem, domājot par nākotni. Tā ir mūsu reakcija uz nezināmo – pretstats fantāzijai. Visas šīs trīs sajūtas ir mūsu ašapsēstības izpausmes. Tāda ir mūsu reakcija, kad cilvēki, vietas un lietas (pagātne, tagadne un nākotne) neatbilst mūsu prasībām.

Anonīmajos Narkomānos mums tiek dāvāts jauns dzīves veids un jauns garīgo principu kopums, kas meklējams Divpadsmit Soļu programmā, kurai mēs mēģinām sekot pēc labākās sirdsapziņas. Ja mēs nelietojam narkotikas un spējām iemācīties pielietot šos principus visā mūsu dzīvē, notiek brīnums. Mēs iegūstam brīvību no narkotikām, no mūsu atkarības, un no mūsu apsēstības ar sevi. Aizvainojumu nomaina pieņemšana, dusmu vietā ienāk mīlestība, un bailes tiek nomainītas ar ticību.

Mēs esam slimi ar slimību, kura beigās mūs piespiež meklēt palīdzību. Mums ir palaimējies, ka mums ir dota tikai viena izvēle, vēl viena pēdējā iespēja. Mums ir jālauž apsēstības trīsstūris, mums ir jāpieaug, vai arī mēs mirsim.

Mūsu reakcija uz cilvēkiem, vietām un lietām:

Negatīva		Pozitīva
Aizvainojums	Pagātne	Pieņemšana
Dusmas	Tagadne	Mīlestība
Bailes	Nākotne	Ticība



Narcotics Anonymous®
Anonīmie Narkomāni

IP Nr. 12-LV

Apsēstības trīsstūris

Copyright © 2011 by
Narcotics Anonymous World Services, Inc.
Visas tiesības pieder autoram

World Service Office
PO Box 9999
Van Nuys, CA 91409 USA
T 818.773.9999
F 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.na-iran.org



Šis ir NA Sadraudzības literatūras apstiprināts tulkojums.

Narcotics Anonymous,    un The NA Way
ir Narcotics Anonymous World Services, Incorporated
reģistrētas preču zīmes.

ISBN 978-1-55776-875-9 Latvian 5/11

WSO Catalog Item No. LV-3112