

1. Tosiasioiden kohtaaminen

Myönsimme, että olemme voimattomia hallitsemaan taipumustamme päihteiden käyttämiseen ja että elämästämme oli tullut hallitsematonta.

Tässä periaatteessa meitä ohjataan pysähtymään tosiasioiden edessä, myöntämään vakava ongelmamme ja pyytämään apua. Myöntämällä oma voimattomuutemme tuhoisan taipumuksemme suhteen, sekä kyvyttömyytemme ohjata omaa elämäämme, avaamme oven vapautumiseen ja tervehtymiseen.

Tärkeää ei ole se, mitä päihteitä olemme käyttäneet ja kuinka paljon, vaan se, että pysymme niistä erossa ja saamme apua. Meidän on yksinkertaisesti ymmärrettävä, ettemme voi enää jatkaa elämäämme päihteiden käyttäjinä.

Voimattomuus päihteiden suhteen merkitsi elämässämme sitä, että jouduimme käyttämään niitä vaikka emme olisi tahtoneet. Päihteet olivat yksinkertaisesti alkaneet hallita elämäämme. Kun tarkastelimme omaa käyttöhistoriaamme, totesimme, ettemme kyenneet hallitsemaan päihteiden käyttämistä alkua pidemmälle. Emme päässeet niistä irti, vaikka olisimme tahtoneet vilpittömästi lopettaa. Riippuvuudesta kärsivinä ihmisinä oma tahdonvoimamme näytti riittävän vain väliaikaisesti. Ajauduimme aloittamaan käyttämisen yhä uudelleen, vaikka tiesimme sen tuhoavan elämäämme.

Kokemamme suunnaton sisäinen tuska auttoi meitä vihdoinkin etsimään muutosta elämäämme. Pysähdyimme ja olimme valmiit kohtaamaan ongelmamme, ja mitä pikemmin sen teimme, sen parempi.

Useimmille meistä oli vaikeaa myöntää omaa avuttomuuttaan tai heikkouttaan rehellisesti. Ymmärsimme kuitenkin, että niin kauan kuin itse kielsimme ongelmamme, olimme avun ulkopuolella. Meille avautui uusi mahdollisuus elämäämme heti kun lakkasimme puolustelemasta päihteiden käyttöämme. Toivomme ei ole omassa vahvuudessamme, vaan siinä, että myönnämme tilanteemme rehellisesti ja olemme valmiita etsimään apua.

Päihderiippuvuus on vakava ongelma, jossa synty ja sairaus ovat vaikeasti kietoutuneet toisiinsa. Ongelma ilmeni meissä pakottavana tarpeena ja haluna käyttää päihteitä, vaikka tiesimme niiden tuhoavan elämäämme. Syyllisyys, yksinäisyys, kieltäminen, itsepetos, itsekeskeisyys, eristyneisyys ja moraalinen rappio kertovat kaikki tämän vakavan ongelman vaikutuksesta elämäämme. Hoitamattomana se aiheuttaa tuhoa elämässämme ja johtaa lopulta kuolemaan.

On helpottavaa saadessaan tietää että toipuminen ja vapautuminen tuhoisasta taipumuksestamme on mahdollista. Sisäisen maailmamme tervehtyminen alkaa sairautemme hyväksymisestä ja sen oivaltamisesta, että meistä jokainen on itse vastuussa sen hoitamisesta.

Yrittäessämme lopettaa käyttämisen omin avuin, huomasimme olevamme kyvyttömiä elämään päihteiden kanssa tai niitä ilman. Yritimme olla vahvoja ja

hallita päihteiden käyttöämme. Teimme lupauksia, muutimme asuinpaikkoja, vaihdoimme aineita, haimme apua lääkkeitä, kokeilimme rakkaussuhteita ja perustimme perheitä. Huomasimme, ettei mikään näistä yrityksistä onnistunut kuin väliaikaisesti, seurasi vain lisääntyvää eristyneisyyttä, epätoivoa ja häpeää. Kielsimme ongelmamme, salailimme tekojamme, selittelimme, järkeilimme ja puolustelimme vääriä toimiamme sekä valehtelimme ja petimme turvataksemme päihteiden käytön jatkumisen. Lopulta aloimme nähdä sekasorron, johon elämämme päihteiden kanssa oli meidät saattanut. Jouduimme maksamaa käyttämisestä liian kovaa hintaa. Silloin lopulta luovutimme ja myönsimme voimattomuutemme tuhoisan taipumukseemme nähden. Myöntäminen on jonkun tosiasian tunnustamista todeksi. Tunnustimme, ettemme voineet hallita päihteiden käyttöä huolimatta siitä missä muodossa aineet olivat. Ne eivät voineet enää kuulua elämäämme.

Toinen puoli ongelmastamme oli se, ettei meillä ollut kykyä selviytyä tilanteesta yksin. Ongelmamme vakavuus oli suurempi kuin olimme ensin ymmärtäneet. Olimme voimattomia niin päihteiden kuin elämämme suhteen. Kun yritimme itse ohjata elämäämme, ajauduimme aina vaikeuksiin. Tunsimme olomme kurjaksi ilman päihteitä, aloimme laiminlyödä velvollisuuksiamme, eristäydyimme ja toimimme vastuuttomasti ihmissuhteissa. Olimme tuhoisan taipumukseemme vankeja vihan, katkeruuden, syyllisyyden, pettymysten, huolien ja pelkojen taakoittamina.

Elämässämme saattoi olla hetkiä, jolloin kuvittelimme pärjäävämmme päihteiden kanssa, heti jos vain saisimme elämämme ulkoiset puitteet jälleen kuntoon. Rakentamalla ulkoisia kulisseeja, luulimme piilottavan sisäiset ongelmamme. Tällainen toiminta johti meidät lopulta aina takaisin päihdekierteeseen.

Kun lopulta antaudumme ja hyväksymme sen, että tarvitsemme todellista apua elämäämme, astumme tielle, joka johtaa vapauteen. Antautumisemme on sitä, että luovumme kaikista ehdoista. Asettamalla omia ehtoja, olivatpa ne mitä tahansa, estämme avun, jota meille tämän ohjelman kautta tarjotaan.

Havaitsimme, että ajattelutavoissamme oli tapahduttava täydellinen muutos, jos mielimme päästä vapaaksi orjuuttavasta ongelmastamme. Mielenmuutoksen on alettava sisältämme, sydämestämme ja asenteistamme, ja sen on tultava näkyviin toimissamme. Silloin olemme valmiit toimimaan kaikessa tavalla, joka koituu parhaaksemme, jopa niissäkin asioissa, joista emme aluksi pitäneet. Aloimme ymmärtää, että jokainen päihteistä vapaa päivä oli onnistunut päivä, tuntuipa meistä miltä tahansa.

Apu alkaa ilmetä meille vasta, kun olemme myöntäneet kärsineemme omassa voimassamme täydellisen tappion. Me olemme silloin valmiit katsomaan Jumalan mahdollisuuksiin oman elämämme muuttumisen suhteen. Ennen kuin olimme löytäneet Jumalan avun elämäämme, olimme täynnä pelkoa ja epäilystä. Tunsimme olevamme vieraantuneita ja erilaisia. Elimme toivottomina maailmassa ilman tarkoitusta ja selvää päämäärää. Nyt ymmärrämme, että ilman Jumalaa ja toisia puhdasta elämäämme tukevia ihmisiä, me lopulta tuhoudumme.

Tärkeää ei ole se, mistä olemme tulossa, vaan se, mikä on nyt suuntamme. Hyvä uutinen on se, että voimme pelastua sairaudesta, tuhosta ja kuolemasta. Voimme löytää elämäämme tarkoituksen sekä saavuttaa sisäisen levon ja rauhan, rakastavan Jumalan yhteydestä. Sanomamme on se, että ongelma elämässämme on voitettavissa, mutta ei yksin, eikä omin voimin. Me suuntaamme Jumalan mahdollisuuksiin. Otamme mukaan sen hyvän mitä meillä on, jätämme kaiken muun taaksemme ja avaamme oven uuteen elämään.

Copyright © 2003 Original Group