
20. april

Rejsen mod ubetinget kærlighed

Vi møder hinanden med den genkendelse man kun finder hos overlevende af den samme nærmest dødelige katastrofe. Denne delte erfaring bidrager mere end noget andet til atmosfæren af betingelsesløs kærlighed på vores møder.

Det Virker, "Trin Tolv"

De fleste af os var ret langt fra ubetinget kærlighed i vores forsøg på at elske, da vi først trådte ind af døren. Et medlem delte: "Da jeg startede med at bruge, hjalp stofferne mig med at få forbindelse til folk. Jeg ville blive skæv med hvem som helst! Jeg begyndte at vælge folk der stod i vejen for min sygdom fra, og snart var jeg alene."

De medlemmer der byder os velkommen til NA, kender det udtryk af tab og fremmedgørelse vi har; de oplevede de samme følelser som vi gjorde. Vi forstår. For mange af os, er dette vores første øvelse i ubetinget kærlighed: Vi kender hinandens smerte, så vi tilbyder lettelse uanset hvilke forskelle der er mellem os, virkelige eller indbildte. Forskellig politisk standpunkt? Forskellig favorit fodboldhold? Forskellig definition af "fodbold"? Vi ser bag disse forskelle for at se addicten, og vi gør vores bedste for at tilbyde håb. Håbet vi tilbyder er en form for kærlighed. I Narcotics Anonymous, tilbyder vi denne kærlighed uden betingelser, til addicts der søger bedring.

Som Trin Tolv i Basis Tekst nævner: "Mange af os tror at åndelig opvågen er meningsløs, medmindre den ledsages af en øget sindsro og omsorg for andre." Den empati vi føler for andre addicts er den første smag af "omsorg for andre" mange af os får. At arbejde med trin øger vores medfølelse, gør det muligt for os kontinuerligt at fjerne de betingelser vi har i vores villighed til at elske, i takt med at vi bliver klar til dette. Vi stræber efter at elske ubetinget, og selv når vi kommer til kort, er øvelsen god for os.

Selvom rejsen mod ubetinget kærlighed aldrig ender, hjælper medfølelse til at bane vejen. Jeg vil omfavne rejsen med entusiasme i dag.

At udtrykke respekt

Når vi behandler hinanden med respekt, åbner vi døren for en anderledes form for kommunikation.

Livet som clean, kapitel 7, "Principper, praksis og perspektiv"

Udenfor NA, i vores specielle kultur og omgivelser, var respekt ofte noget vi krævede af andre eller følte vi havde krav på grund af vores status eller vores ego. Vores udtalelser omkring respekt havde et formål: Få det på vores måde. Det der betød noget var hvor velformulerede vi var omkring vores overbevisninger, vores villighed til at slås for enhver holdning og evnen til at overdøve andre. Og hvis vi ikke var en af dem med status eller dominans, gav vi normalt efter for andres krav.

Inden For NA, er respekt som et åndeligt princip som intet har med at gøre at få det på vores måde eller overgive magt til de der er styrende. At behandle andre med respekt inkluderer at være opmærksom på hvordan vi kommunikerer – med stemmen, med vores ansigtsudtryk, kropssprog eller vores tavshed – og så ærligt være opmærksomme på hvordan folk hører og responderer på os. "Hvis jeg nærmer mig andre medlemmer med kløerne ude," delte et medlem, "kan jeg ikke blive overrasket over, hvis de reagerer med at slå igen."

Ideelt set fører det til udveksling af holdninger og mere lighed i deltagelse, at praktisere respekt. Udtryk for respekt prioriterer lytten over tale, vores fælles velfærd over selvished. Vi prøver at give plads til andre frem for at lukke dem ude. I NA fremmer respekt, tillid, tryghed og velfærd – ikke frygt, skrøbelighed og overdrevne egoer.

Denne synsvinkel kræver en del arbejde – og en del afkodning. For en ting vi må kæmpe imod er vores følelser af overlegenhed, underlegenhed og betydningsløshed. Et medlem der havde været her et stykke tid beskrev sin erfaring: "At arbejde med NA trin har gjort min egen overbevisning mindre skrøbelig. Jeg behøver ikke at forsvare den så voldsomt som jeg måtte tidligere. Og jeg behøver ikke at udtrykke min mening om alt." Bare fordi en anden eller gruppen har en anden holdning end dig, behøver ikke betyde at de tager fejl. Og hvis de gør, er det så en kamp der skal tages, eller kan vi slutte fred og være en del af løsningen?

Hvordan udtrykker jeg respekt for mine NA-fæller i dag? Hvordan er jeg respektfuld overfor mødet, gruppesamvittigheden, overfor Traditionerne og for NA som helhed?