**Eristäytyneisyydestä yhteyteen**

**Tammikuun 24.**

*”Sairautemme eristi meidät… Suljemme itsemme ulkopuoliselta maailmalta vihamielisinä, katkerina, itsekeskeisinä ja omaa etua tavoittelevina.”*

**Perusteksti s. 4**

Addiktio on eristävä sairaus, joka on sulkenut meidät ulos yhteiskunnasta, perheestämme ja itsestämme. Me piilottelimme. Me valehtelimme. Halveksimme sitä elämää, jota näimme muiden elävän ja joka tuntui olevan täysin meidän ulottumattomissamme. Ja pahimpana kaikesta me uskottelimme itsellemme, ettei meissä ollut mitään vikaa, vaikka tiesimmekin olevamme vakavasti sairaita. Yhteytemme muuhun maailmaan ja todellisuuteen oli katkennut. Elämämme menetti tarkoituksensa ja vetäydyimme yhä kauemmaksi todellisuudesta.

NA-ohjelma on suunniteltu erityisesti meidän kaltaisillemme ihmisille. Se auttaa meitä uudelleen löytämään yhteyden elämään, jota meidän oli tarkoitus elää ja vetää meidät pois eristyksestä. Lakkaamme valehtelemasta itsellemme tilastamme; myönnämme olevamme voimattomia ja että elämämme oli hallitsematonta. Alamme vähitellen uskoa, että elämämme voi parantua, että toipuminen on mahdollista ja että onnellisuus ei ole pysyvästi meille

saavuttamaton tila. Tulemme rehellisiksi; lakkaamme piilottelemasta; ”astumme esiin ja kerromme totuuden,” muusta huolimatta. Ja näin tehdessämme, solmimme samalla uudelleen siteet, jotka yhdistävät meidät yksilöinä meitä ympäröivään maailmaan.

Meidän addiktien ei tarvitse eristäytyä elämässämme. Kaksitoista askelta voivat palauttaa yhteytemme elämään – jos noudatamme ja toteutamme niitä.

**Juuri tänään**: Olen osa minua ympäröivää elämää. Toteutan ohjelmaa, jotta yhteyteni maailmaan lujittuisi.

Epävirallinen käännös ”Just for Today” – kirjasta, vain NA:n sisäiseen käyttöön.