**Itsekeskeisyys**

**Tammikuun 26.**

*”Henkinen puoli sairaudessamme on täydellinen itsekeskeisyytemme.”*

**Perusteksti s. 21**

Mitä on itsekeskeisyys? Se uskomuksemme, että maailma pyörii meidän ympärillämme. Vain meidän toiveemme ja vain meidän vaatimuksemme ovat huomionarvoisia. Itsekeskeinen mielemme kuvittelee, että kykenisimme saamaan mitä vain tahdomme, jos vain meidän annettaisiin tehdä, niin kuin itse haluamme. Itsekeskeisyys edellyttää täydellistä itseriittoisuutta. Mitä taas on terve itsekkyys? Se on sitä kun vedämme rajoja oman hyvinvointimme suojaamiseksi, vain voimalla itse hyvin voi addikti suojella läheisiään ja muuta maailmaa sairaudeltamme.

Sanomme, että itsekeskeisyys on henkinen puoli sairaudessamme, koska itsekeskeinen mieli ei voi kuvitella mitään suurempaa tai tärkeämpää kuin oma itse. On kuitenkin olemassa henkinen ratkaisu henkiseen ongelmaamme -- Nimettömien Narkomaanien kaksitoista askelta. Askeleet johdattavat meitä itsekeskeisyydestä kohti tervettä itsekkyyttä, joka suojelee meitä ja muita addiktiosairaudeltamme.

Pyyhimme pois itseriittoisuuden harhakuvitelmamme myöntämällä oman voimattomuutemme ja etsimällä itseämme suuremman voiman sekä vertaistuen apua. Tunnustamme omahyväisyytemme vararikon myöntämällä, että olemme olleet väärässä, tekemällä hyvityksiä ja etsimällä käsityksemme mukaiselta korkeammalta voimalta tietoa siitä, mikä on oikein. Voitamme kohtuuttoman itsetärkeyden tunteemme pyrkimällä palvelemaan muita, eikä vain itseämme.

Mieltämme piinaava itsekeskeisyys voidaan hoitaa henkisen ratkaisun -- kahdentoista askeleen – avulla.

**Juuri tänään:** Saan aluksi voimaa ja ohjausta korkeammalta voimalta, ja kun aikaa kuluu, voimme alkaa luottamaan että itsekeskeisyytemme on muuttumassa terveeksi itsekkyydeksi. Harjoittelen kahtatoista askelta tullakseni terveeksi ihmiseksi henkisellä tasolla, ja sitä kautta vähemmän itsekeskeiseksi.

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