



Anonymi Foundation
P.O. Box 4404
Allentown PA 18105

TM 24/09/2022

Literary Work in progress.

Please copy and share this with you local Home
Group for Review and Input

This document was translated in open
participation by members of the
Groups of The Anonymi Foundation.

**NARCOTICS
ANONYMOUS**

VOORBEHOUD



We gaan zitten en beginnen met schrijven. We beginnen te zien wat ons op een bepaalde manier laat gedragen. We pellen de lagen, zoals bij een ui, tot we bij onze kern komen. Het begint allemaal met eerlijkheid. Dan worden we een beetje eerlijker en zien we onze waanzin voor wat het is. We vermijden voorbehoud door het beoefenen van waakzaamheid. We waken ervoor om niet gemakzuchtig te worden. We herinneren onszelf eraan waar de ziekte verslaving ons naar toe bracht en we onderzoeken onszelf om te zien hoe het op dit moment ons leven beïnvloedt.

We leren dat de enige hoop die we hebben, is het overdragen van onze wil en ons leven aan de zorg van een liefhebbende en zorgzame God. We beoefenen de principes dagelijks totdat we ze leven, in plaats van dat we ze blijven beoefenen. We hoeven niet meer tegen onszelf te liegen. Andere verslaafden zijn onze ogen en oren, en helpen ons bij het herkennen van ons voorbehoud, als we dat zelf niet zien. Vaak deelt een andere verslaafde wat ze bij ons zien en als we open van geest zijn, luisteren we, en helpen deze suggesties om ons leven te veranderen.

De basic tekst vertelt ons dat een terugval nooit een ongeluk is, het is een teken dat we voorbehoud hadden in ons programma. Wat bedoelen ze met het woord voorbehoud? Er was iets waartoe we niet bereid waren, of iets wat we niet wilden opgeven. We zorgden zelf voor onze toekomstige drama en pijn, en kunnen dit nu gebruiken als reden om terug te gaan naar onze oude manieren, die ons

altijd terug leiden naar gebruik. We moeten eerlijk worden over ons voorbehoud. Door de tools te gebruiken, die ons zo vrijelijk zijn gegeven door het programma, zijn we nu in staat om ons dagelijks over te geven aan een nieuwe manier van leven. We moeten bereid zijn om dingen dagelijks te doen en bereid zijn om ongeacht wat niet te gebruiken.

Wij hoeven niet langer naar oude plaatsen en mensen te gaan, wij hebben meetings waar we heen gaan en nieuwe NA vrienden die ons nodig hebben. We hoeven ons niet langer meer te isoleren, we kunnen onze nieuwe vrienden bellen en samen koffie drinken. We kunnen altijd een reden vinden om onszelf te isoleren, om boos te worden, om depressief te zijn, net zoals we altijd een reden vinden om te gebruiken. Deze dingen kunnen ook voorbehoud zijn, we reserveren een plaats en tijd voor onszelf om eenzaam, negatief, depressief, etc. te zijn. We kiezen voor de ziekte in plaats van herstel op dat moment. Net zoals we ons gebruik rationaliseren, kunnen we ook onze boosheid, isolement, depressie etc. rationaliseren. 'We vertellen onszelf dat we een dag vrij verdienen, omdat we al bij zo veel meetings zijn geweest.' 'We hoeven niet met die NA mensen te wandelen in het park, omdat het lijkt dat het snel zou gaan regenen.' 'Wij hebben gisteren al iemand gebeld, dus dat hoeft vandaag niet.' 'Wij hebben een voorbehoud voor isolement, dus vertellen we onszelf dat we geen koffie hoeven te drinken na de meeting, omdat we perse die film thuis moeten kijken.'

Om dit voorbehoud te overwinnen, moeten we onszelf volledig overgeven. We werken

aan de stappen met onze sponsor, we raken betrokken bij onze homegroup, we bezoeken de meetings dagelijks, we bellen dagelijks en we bidden dagelijks. Dit zijn simpele dingen die we kunnen doen die ons helpen eerlijk te worden. Want wanneer we deze dingen doen zal ons voorbehoud gedwarsboemd worden, we moeten ze onder ogen komen en ze zien voor wat ze zijn, eerlijk over ze worden en ze laten gaan. We beginnen te zien hoe onze waanzin werkt en hoe we steeds weer de dingen doen die ons uiteindelijk pijn doen, juist omdat we denken dat het ons het comfort zal brengen waar we naar op zoek zijn. Metertijd zullen we het comfort vinden in onze nieuwe manier van leven en vinden we de hoop dat we nooit meer hoeven te gebruiken.