



Anonymi Foundation  
P.O. Box 4404  
Allentown PA 18105

TM 30/07/2022

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**

**EGO**



Ego heeft het meeste invloed op ons verslaafden. We plaatsen onszelf in het centrum van het universum, jarenlang alleen maar denkend aan wat wij wilden. Jaar na jaar zeiden we tegen onszelf dat we het alleen konden. We hebben zo lang in isolatie geleefd dat we vergeten waren hoe verbinding te maken of hoe het voelt met andere mensen verbinding te hebben. We konden ons niet met andere mensen identificeren, omdat wij het altijd slechter of beter hadden. Wij isoleerden ons steeds meer, terwijl onze verslaving steeds erger werd. De gevoelens van isolatie waren een gevolg van ons gebruik en ons denken. In de basistekst staat dat we ons altijd alleen en afgezonderd voelden, omdat we onszelf als beter of slechter zagen. We voelden ons minderwaardig en superieur tegelijkertijd. Egoïsme en valse trots zorgden ervoor dat we ons als los van de mensheid zagen in plaats van een onderdeel hiervan.

Ons ego werd bepaald door angst, snelle voldoening (quick fixes) en een laag zelfbeeld. We vertrouwden niemand en terwijl ons gebruik erger werd, vertrouwden we ook onszelf niet meer. We vertrouwden alleen nog maar in onze drugs en wat zij met ons deden. Alles en iedereen wat een bedreiging voor ons gebruik was, werd onze vijand. In onze wanhoop konden we eindelijk inzien dat we geen controle over ons gebruik en ons leven hadden. En nog, zonder te kunnen stoppen met gebruiken, dachten we geen hulp nodig te hebben. We hebben een verstoord beeld van hoe we onszelf ten opzichte van anderen en de wereld zien, dit wordt vooral veroorzaakt door onze zelfobsessie.

We konden niet toegeven dat we bang waren, want we wilden niet kwetsbaar naar anderen overkomen. Echte eigenwaarde werd niet opgebouwd, omdat we niet wilden toegeven dat de meeste van onze problemen door onze eigen actie veroorzaakt werden. We hadden de grootste moeite om te delen en met het vragen om hulp. Door onze zelfobsessie verliezen we het vermogen om de realiteit te zien zoals deze is.

De nieuwe realiteit, die we in N.A. vinden, is Hoop.

We hebben de hulp, die we in N.A. gevonden hebben, nodig. We kunnen niet clean blijven en herstellen in ons eentje. Dat hebben we geprobeerd en dat mislukte. Een manier om ons ego over te geven is: Eerlijkheid toepassen. Onze Basistekst vertelt ons: "We beginnen

met om hulp vragen en dit wordt bereikt door aan de Twaalf Stappen te werken. De basis is dat we, vanuit onszelf, geen macht hebben over onze verslaving." Dit kan moeilijk zijn, zeker wanneer je al een hele tijd bij Narcotics Anonymous komt. Je kijkt naar jezelf en denkt: "Ik zou toch beter moeten weten.", op dit punt is het belangrijk om te begrijpen dat er niks is dat iemand in deze kamers al meegemaakt heeft en die kan helpen. Je bent niet alleen.

We hebben allemaal die angst om afgewezen te worden en alleen te zijn, we willen erbij horen en ergens deel van uit maken. Soms leidt dit ons van ons pad en verliezen we de verbinding met onze Hogere Macht en laten we de controle weer over aan ons ego en onze zelfobsessie. Misschien willen we de kamers wel verlaten omdat we beginnen te denken dat we weer beter of erger waren dan de anderen. Dit is het moment om de basis, die we in ons programma geleerd hebben, toe te passen. We moeten klaar zijn om alles, wat we leren in ons stappenwerk, te doen en de wijsheid, die we vinden in onze principes van onze Tradities, toe te passen.

Door te denken dat we het alleen kunnen en op 'onze' manier kunnen leven, vegen we God weg (Edge God Out). Wanneer we ons ego volgen en onzelfisoleren van de Fellowship leidt dit ongetwijfeld naar een spirituele, mentale en emotionele terugval met drugsgebruik als uitkomst/resultaat. We weten dat ego en egoïsme ons, of door onze pijn op onze knieën zal krijgen, of ons terug leidt naar een leven van totale uitsluiting, weer gevolgd door de horror/verschrikking van gebruiken. Ons ego moet weg willen we overleven en clean blijven.

We moeten naar ons dilemma kijken en hier eerlijk over zijn. Onze Basistekst vertelt ons: "We staan niet alleen machteloos tegenover drugs, maar ook tegenover onze verslaving. Om te kunnen herstellen, moeten we dit feit erkennen. Verslaving is een fysieke, mentale en spirituele ziekte die ieder gebied van ons leven aantast.

Ons overgeven en deze keer op een dieper level/niveau is een daad van liefde, een vrijheid van ons ego en onze pijn waar we zo lang tegen vochten, bang wat er met ons zou gebeuren of wat anderen van ons zouden denken.

Een lid deelt:

*"Zo lang als ik me kan herinneren, voelde ik me als die buitenstaander die naar binnen keek. Bang voor mijn eigen vrienden en ouders. Al snel leerde ik mij aan te passen. Ik leerde dat, wanneer ik mijn best deed om de beste te zijn in alles wat ik deed, ik geaccepteerd zou worden en ergens deel van uit mocht maken. Op school, met sport, enzovoorts. In mijn jonge jaren creëerde ik een alternatieve realiteit waarin ik een misdaad oplossende meester-detective was. In dit parallelle universum was ik onaantastbaar en had ik de controle. Ik groeide hier uit naarmate ik ouder werd en terwijl het misbruik thuis erger werd, zocht ik mijn heil in misdaad. Ik was degene naar wie je toeging wanneer je iets uit de winkel naast de school gestolen wou hebben. Vanaf het begin zou ik de 'beste dier', die je ooit gezien had, worden. Alleen maar om geaccepteerd en aardig gevonden te worden. In een oogwenk van meester-detective naar meester-dief. Ik 'werkte' meestal alleen. Ik leerde al vroeg niemand te vertrouwen. Al snel gebruikte ik voor de eerste keer. Ik stond er verstaand van hoe krachtig ik mij voelde. Al mijn angsten verdwenen en ik was de koning te rijk, zo voelde ik mij sowieso al. Ik ben ook muzikant en heb op vele podia staan optreden. Nog een manier om mijn ego te voeden, om geaccepteerd en bewonderd te worden. Wanneer ik mijn talenten liet zien, zou niemand weten hoe bang en waardeloos ik mijn van binnen voelde."*