

## Треугольник одержимости своими желаниями

Когда мы появляемся на свет, мы осознаем только самих себя, мы и есть вселенная. Мы сосредоточены в основном на собственных основных потребностях, если они удовлетворяются, нам хорошо. По мере расширения границ сознания, мы начинаем познавать окружающий нас мир. Мы открываем для себя других людей, места и обстоятельства, мы видим, что они удовлетворяют наши потребности. На этом этапе мы также начинаем понимать различия и формировать собственные предпочтения. Мы учимся хотеть и учимся выбирать. Мы становимся центром растущей вселенной, наши ожидания сводятся к получению того, что мы хотим и в чем нуждаемся. Источник нашего удовлетворения смещается от основных потребностей, которые удовлетворялись волшебным образом, к исполнению наших желаний.

Большинство детей со временем приобретают опыт и приходят к пониманию того, что внешний мир не способен удовлетворить все их желания и потребности. Они начинают дополнять то, что дается им, своими собственными усилиями. По мере того, как их зависимость от людей, мест и обстоятельств слабеет, они начинают все больше полагаться на самих себя. Они становятся более самостоятельными и начинают понимать, что счастье и удовлетворение приходят изнутри. Большинство продолжает взрослеть, осознавая свои сильные и слабые стороны и свои ограничения. На каком-то этапе они обычно ищут помощи некой Силы, более могущественной, чем они сами, способной дать им то, что они не могут получить

самостоятельно. Для большинства людей взросление – это естественный процесс.

Но мы зависимые, поэтому мы сбиваемся с этого пути. Такое впечатление, что нам так никогда и не удастся перерасти этап детского эгоцентризма. Такое впечатление, что нам так никогда и не удастся обрести состояние самодостаточности, свойственное другим людям. Мы продолжаем зависеть от окружающего нас мира, мы отказываемся принять тот факт, что не каждое наше желание будет исполнено. Мы оказываемся во власти одержимости собственными желаниями, наши желания и нужды превращаются в требования. Мы достигаем состояния, в котором нет удовлетворения и нет способности его испытывать. Люди, места и обстоятельства уже неспособны заполнить пустоту внутри нас, и нашими реакциями на них становятся обида, гнев и страх.

Обида, гнев и страх – это стороны треугольника одержимости собственными желаниями. Все наши дефекты характера – это разновидности этих трех реакций. Одержимость собственными желаниями лежит в основе нашего безумия.

Обида – это реакция большинства из нас на прошлое. Снова и снова в своей голове мы переживаем подробности прошедших событий. Гнев – это реакция большинства из нас на настоящее. Гневом мы реагируем на реальность и гневом мы отрицаем эту реальность. Страх – это то, что мы чувствуем, когда думаем о будущем. Это наша реакция на неизведанное – это темная сторона мечты. Все три являются выражением нашей одержимости собственными желаниями. Именно так мы реагируем, когда люди, места и обстоятельства (прошлые, настоящие и будущие) не соответствуют нашим требованиям.

В Анонимных Наркоманах мы обретаем новый путь жизни и новый набор инструментов – Двенадцать Шагов, по которым мы работаем изо всех сил. Если мы остаемся чистыми и учимся применять эти принципы во всех наших делах, то происходит чудо. Мы обретаем свободу – от наркотиков, от нашей зависимости, и от нашей одержимости собственными желаниями. На смену обиде приходит принятие, на смену гневу – любовь, а на смену страху – вера.

Наша болезнь рано или поздно заставляет нас искать помощи. Нам повезло, поскольку нам дается только один выбор, только один последний шанс. Мы должны вырваться из треугольника одержимости собственными желаниями, мы должны либо повзрослеть, либо умереть.

Наши реакции на людей, места и обстоятельства:

Негативные		Позитивные
Обида	Прошлое	Принятие
Гнев	Настоящее	Любовь
Страх	Будущее	Вера



**Narcotics Anonymous®**  
**Анонимные Наркоманы**

Copyright © 2007 by  
Narcotics Anonymous World Services, Inc.  
Все права сохраняются

World Service Office  
PO Box 9999  
Van Nuys, CA 91409 USA  
T 818.773.9999  
F 818.700.0700  
Website: [www.na.org](http://www.na.org)

World Service Office—CANADA  
Mississauga, Ontario

World Service Office—EUROPE  
Brussels, Belgium  
T +32/2/646 6012

World Service Office—IRAN  
Tehran, Iran  
[www.na-iran.org](http://www.na-iran.org)



Перевод сообщества – одобренная литература АН.

Narcotics Anonymous, Анонимные Наркоманы,



являются зарегистрированными торговыми марками  
Narcotics Anonymous World Services, Incorporated.

ISBN 978-1-55776-473-7      Russian      9/13

WSO Catalog Item No. RU-3112

IP Nr. 12-RU

**Треугольник  
одержимости  
своими  
желаниями**