

सुधार र पुन सेवन

धेरै मानिसहरूले सुधारलाई नशा नलिनुको रूपमा मात्र पनि सोच्छन् । उनीहरूले पुन सेवनलाई पूर्ण असफलताका रूपमा लिन्छन् र लामो नशा रहित समयलाई पूर्ण सफलताका रूपमा लिन्छन् । हामी जो नार्कोटिक्स एनोनिमसको सुधार कार्यक्रममा छौं, हामीले के पत्ता लगाएका छौं भने यो बुझाई अत्यन्त सामान्य छ । हाम्रो फेलोसिपमा कुनै एकजना सदस्यको केही समयका लागि सहभागिता भएपछि उसलाई पुनः सेवन भनेको एउटा कठोर अनुभव पनि हुनसक्छ । हामीले के पनि अवलोकन गरेका छौं भने हामी मध्ये कति सदस्य लामो समयसम्म नशारहित बस्दा पनि उनीहरूको बेइमानी र आत्मधूर्त्याईले उनीहरूलाई पूर्ण सुधार र समाजमा स्वीकार्य हुनबाट बञ्चित गराईरहेको हुन्छ । पूर्ण र लगातार नशारहित तथापि नार्कोटिक्स एनोनिमस अरु सदस्यसगँ निकट संयोग र चिनिने चाहिँ उन्नतिका लागि सर्वोत्तम आधार हुन्छ ।

सामान्य रूपमा सबै दुर्व्यसनीहरू उस्तै प्रकारका भएतापनि व्यक्तिगत रूपमा हामी अस्वस्थताको मात्र र सुधारको दर फरक छ । यस्तो समय पनि हुन सक्छ जतिखेर पुन सेवनले पूर्ण स्वतन्त्रताको आधार बन्न सक्छ । अरु समयमा त्यो स्वतन्त्रता चाहिँ कडा र एकहोरो इच्छा नशा रहित बस्नलाई धेरै पीडा भएपनि त्यो समाधान नहुन्जेल सहेर मात्र प्राप्त हुन्छ । एउटा दुर्व्यसनीले कुनै माध्यमबाट केही समयका लागि त्यो नशा लिने इच्छा र आवश्यकता गुमाउन सक्छ अनि सँगै आवेगी सोचाई र एकहोरो प्रवृत्तिमा उसको स्वतन्त्र छनोट हुन्छ र उ यस्तो अवस्थामा पुगेको हुन्छ जुन उसको सुधारका लागि निर्णायक तत्व हुन्छ । साँचो स्वतन्त्रताको र स्वाधीनताको भावना चाहिँ यस्तो समयमा अडिक्नको हुन्छ । एकलै बाहिर निस्कनु र फेरी जीवन आफ्नै ढंगबाट लान खोज्नाले हामीलाई पछाडी जान्छ तथापि हामीसँग अहिले जे छ त्यो हामी भन्दा उच्च शक्तिबाट र सहयोगको आदन प्रदानबाट भएको हो भन्ने हामीलाई थाहा भएको भान हुन्छ । सुधारको थुप्रै समयमा हामीलाई पुरानोले सताउछ । जीवन फेरी अर्थहिन, एकनास र लाग्दो पनि हुन सक्छ । मानसिक रूपमा नयाँ विचार दोहोर्‍याउदाँ र शारिरीक रूपमा नयाँ कार्य गर्दा हामी गल्न सक्छौं तथापि हामीलाई थाहा छ यदि हामीले तिनीहरूलाई नै दोहोर्‍याउन सकेनौ भने हामीले हाम्रो पुरानै क्रियाकलाप दोहोर्‍याछौं । यस्ता समय चाहिँ हाम्रो प्राय ठूलो उन्नतिको समय हो । हाम्रो दिमाग र शरीर थाकेको जस्तो देखिन सक्छ तथापि त्यो बदल्नको अथाह शक्ति वा साँचो रूपान्तरण भित्र कहि काम गरिरहेको हुन सक्छ त्यो उत्तर दिन जसले हाम्रो भित्री जागरुकता र जीवनलाई बदल्न सक्छ ।

बाह्र पाइलाबाट अनुभव गरिएको सुधार हाम्रो लक्ष्य मात्र शारिरीक रूपमा नशारहित हुनु मात्र होइन । हामीलाई सुधार्न मेहनत गर्नुपर्छ अनि यो संसारमा कुनै बाटो पनि छैन जसले गर्दा बन्द दिमागमा नयाँ विचार सकियोस् एउटा शुरुवात जसरी पनि गरिनुपर्छ । यो चाहिँ हामीले आफ्नो लागि आफैले मात्र गर्न सक्छौं, यसको लागि हामीले हाम्रो स्वभाविक रूपमा देखिने शत्रुहरूलाई चिन्न आवश्यक हुन्छ, उदासीनता र बिलम्ब । हाम्रो परिवर्तनको विरोध विकास भइरहेको लाग्न सक्छ र एउटा सानो विस्फोट कुनै प्रकारकोले पनि परिवर्तन वा अर्को कार्यको शुरुवात गर्न सक्नेछ । एक पुन सेवनबाट यदि हामी बाच्छौं भने त्यसले हाम्रो नष्ट हुने प्रक्रियाको विरुद्ध कार्य पनि दिन सक्छ । एक पुन सेवन अनि कहिलेकाहीँ त्यसपछि हुने कोही नजिकको मान्छेको मृत्युले हामीमा जागरणको काम गर्न सक्छ जसले गर्दा हाम्रो व्यक्तिगत कार्यको आवश्यकतालाई कडाई दिन सक्छ ।

व्यक्तिगत कथाहरू

सन् १९५३ पछि नार्कोटिक्स एनोनिमसको धेरै वृद्धि भएको छ । त्यो व्यक्तिहरू जसले यो फेलोसिपको शुरुवात गरे जसप्रति हाम्रो गहिरो र चिरस्थायी प्रेम छ, जसले हामीलाई दुर्व्यसन र सुधारको बारेमा धेरै सिकाउनु भएको छ । यस पछाडीका पानाहरूमा, हामी हाम्रो शुरुवात तपाईंलाई प्रस्तुत गर्छौं । यसको पहिलो भाग हाम्रो शुरुवातका

सदस्यले सन् १९६५ मा लेख्नुभएको हो । एन.ए. का सदस्यहरुको सुधारको बारेमा थप भर्खरका कथाहरु “बेसिक टेक्स” नार्कोटिक्स एनोनिमसमा पाइन्छ ।

हामी सुधारमा हुन्छौं ।

“राजनीतिले अनौठो साथीहरु बनाउछन्” भन्ने पुरानो भनाई भएतापनि दुर्व्यसनले हामीलाई त्यस्तै प्रकारको बनाउँछ । हाम्रो व्यक्तिगत कथाहरु व्यक्तिगत श्रृङ्खलामा फरक भएतापनि अन्त्यमा हामी सबैसँग समान रुपमा एउटा चिज छ । त्यो समान रोग वा गडबडी चाहिँ दुर्व्यसन हो । हामीलाई राम्रोसँग थाहा छ जसले हाम्रो साँचो दुर्व्यसन बनाउँछ :- अतृप्त चाहना र एकहोरोपना । अतृप्त चाहना - त्यो निश्चित विचार जसले हामीलाई समय समयमा एउटा कुनै निश्चित नशा वा कुनै अर्को नशामा लान्छ त्यो आनन्द र आराम पुन प्राप्त गर्न जुन हामी हामीलाई थाहा थियो ।

एकहोरोपना -एकचोटी एक फिक्स, एक दवाई, वा एक पियाई बाट हामीले त्यो प्रक्रिया शुरु गरेपछि हामी आफ्नो शक्तिले रोक्न सक्दैनौं । हाम्रो शारिरीक संवेदनशीलता नशा प्रतिका कारणले हामी सम्पूर्ण रुपमा एउटा विनाशक शक्तिको पन्जामा हुन्छौं जुन हामी भन्दा शक्तिशाली छ ।

जब हामी त्यो बाटाको अन्त्यमा पुग्छौं हामीले हामी मानव भएर काम गर्न नसकेको पत्ता लगाउँछौं, नशा वा नशा बिना हामी सबैले उस्तै दुविधा भेल्लुपर्छ । अव के गर्न बाकी छः? त्यहाँ यी विकल्पहरु देखिन सक्छन्, आफूले सकेसम्म अगाडी बढ्नुपर्छो त्यो तीतो अन्त्य सम्म - जेल, संस्थाहरु र मृत्यु वा बाँच्नका लागि नयाँ बाटो अपनाउनु पर्छो । पहिलाका वर्षहरुमा धेरै कम दुर्व्यसनीहरुले अन्तिम छनोट पाए । आज जो दुर्व्यसनी छन्, उनीहरु धेरै भाग्यमानी छन् । इतिहासमा पहिलो पटक, एउटा सामान्य तरिका प्रमाणित भएको छ थुप्रै दुर्व्यसनीहरुको जीवनमा । यो हामी सबैलाई उपलब्ध छ । यो सामान्य आध्यात्मिक कार्यक्रम हो, धार्मिक होइन जसलाई नार्कोटिक्स एनोनिमस भनिन्छ ।

जब मेरो दुर्व्यसनले मलाई पूणै शक्तिहिनता बेउपयोगिता र समपर्णको बिन्दुमा ल्याईदियो करिब १५ वर्ष अगाडी त्यतिखेर एन.ए. थिएन । मैले ए.ए. पाएँ र त्यो फेलोसिपमा मैले दुर्व्यसनीहरु भेटें जसले पनि यो कार्यक्रम पाएका थिएँ जुन चाहिँ उनीहरुको समस्याका लागि उत्तर हुन्थ्यो । जे भएपनि हामीलाई थुप्रै त्यो बाटो भ्रम, पनत र मृत्युको गएको थाहा थियो किनभने उनीहरु ए.ए. का जड्याहाँहरुसँग चिनारी बनाउन असमर्थ थिए । उनीहरुको चिनारी चाहिँ बाहिरी लक्षणको मात्रामा मात्र थियो र यो भावनाको गहिरो मात्रामा थिएन । जहाँ त्यो क्षमता कल्पना र बाँड्ने क्षमता भावनाको नै चिकित्सा भएको थियो, दुर्व्यसनमा फसेका व्यक्तिका लागि । थुप्रै अरु दुर्व्यसनी अनि केही सदस्य ए.ए. जसलाई हामी र कार्यक्रम माथि आस्था थियो हामीले गठन गर्नु १९५३ मा । जुन हामीलाई अहिले थाहा छ नार्कोटिक्स एनोनिमस भनेर । हामीले अहिले के महशुस गरेका छौं भने एउटा दुर्व्यसनीले शुरुवात देखि नै त्यो चिनारी पाउन सक्छ जसले चाहिँ उसमा भरोसा दिन सक्छ ऊ पनि अरु दुर्व्यसनीको उदाहरण हेरेर नशारहित बस्न सक्छ जो बषौँदेखि सुधारमा थिए ।

यो चाहिँ त्यो थियो जुन सैदान्तिक रुपमा आवश्यक थियो र यो अहिले प्रमाणित भएको छ यी वितेका वर्षमा । त्यो शब्दविहिन भाषा चिनारी, विश्वास र आस्थाका जसलाई हामी “इम्पाथी”..... भन्छौं । जसले यस्तो वातावरणको सृजना गर्छो जहाँ हामी समयलाई महशुस गर्न, वास्तविकतालाई छुन र आध्यात्मिक मान्यतालाई चिन्न सहयोग गर्छो जुन हामीले समय अगाडी गुमाएका थियौं । यस सुधारको कार्यक्रममा हामी संस्था र शक्तिमा बढ्दैछौं । यति धेरै नशारहित दुर्व्यसनीहरु पहिले कहिल्यै थिएन जसको आफ्नै छनोट छ र एउटा स्वतन्त्र समाज भित्र उनीहरु एक अर्कालाई मन लागेका ठाउँमा भेट्न सक्षम छन् । आफ्नो सुधार एउटा पूर्ण सृजनात्मक स्वतन्त्रता भित्र जारी राख्न ।

अभ्र दुर्व्यसनीहरूले भने यो हामीले सोचे अनुसार हुँदैन भनेर । ही खुल्लारूपमा तालिका भएको मिटिङ्गमा विश्वास गर्छौं - त्यो अरु समूहले लुकेर गर्न खोजेको जस्तो होइन । यो पद्धतिचाहिँ अरु भन्दा भिन्न छ, यसमा हामीलाई विश्वास थियो कि यो चाहिँ ती अरु पद्धतिभन्दा भिन्न थियो जसको रक्षा उनीहरूले गरेका थिएँ जो लामो समयका लागि समाजबाट निष्कासित थिए । हामीले के महशुस गर्छौं भने एउटा दुर्व्यसनीले उसको दैनिक जीवनको समस्या जति चाँडो सामना गर्छ, ऊ उक्त समाजको साँचो र उत्पादक सदस्य बन्छ । हामी अन्तिम रूपमा आफ्नै खुट्टामा उभिनु पर्ने भएकोले र जीवनलाई यसकै अवस्थामा सामना गर्नुपर्ने भएकाले, किन शुरुवात बाट नगर्ने ?

यस्तै कारणले, धेरै जना पुन सेवनमा फर्के अनि कति त पूर्ण रूपमा हराएँ । जे भएपनि धेरै बसे अनि कोहि फर्के केही समयपछि । त्यो चम्किलो पक्ष चाहिँ यो सत्य हो कि जो आज हाम्रा सदस्य छन् उनीहरू लामो समयका लागि नशारहित छन् र नवआगन्तुकलाई चाहिँ अभ्र मजाले सहयोग गर्न सक्षम छन् । उनीहरूको मनोवृत्ति जुन चाहिँ हाम्रो पाइला र परम्पराहरूका आध्यात्मिक मान्यतामा आधारित छन्, त्यो अथाह शक्ति हो जसले हाम्रो कार्यक्रममा वृद्धि र एकता ल्याएको छ । अब हामीलाई थाहा छ त्यो समय आएको छ जब त्यो गलेको पुरानो भुठ, “एकचोटिको दुर्व्यसनी, सधैंको दुर्व्यसनी” चाहिँ न समाजले न दुर्व्यसनी आफैँले सहन्छ । ही सुधार हुन्छौं ।