

致新成員

NA是一個非盈利的團體或協會，來幫助嚴重使用毒品的男女。我們是在康復中的成癮者，我們定期集會，互相幫助，保持不使用。我們沒有入會費或會員費，加入NA的唯一要求就是要有一個停止使用毒品的意望。

我們不要求你已經停止使用毒品才能參加，但經過第一次的聚會後，我們建議你繼續回來，並保持不使用。你不需要等到用毒過量或被判刑入獄才來尋求NA的幫助。成癮並非是不可康復的，而透過匿名毒癮者互助會的12步驟及康復中成癮者的幫助之下，你能克服使用毒品的欲望。

成癮是一種任何人都可能患上的疾病。有些人使用毒品是因為從中得到享受；有些人是為了壓制自己的情緒；有些人則是遭受生理或心理的疾病，因而在療程中對處方藥物成癮；有些人為了在群眾中呈現一時的「酷」而使用了幾次的毒品，結果發現無法停止使用。

我們當中很多人曾經試過克服成癮，有時也得到了暫時的緩解，但隨後往往是更深的陷入毒品。

但無論是那一種情況都不重要。成癮如同糖尿病，是一種進行性的疾病。我們是對毒品過敏，使我們的結局總是相同，就是以監獄、醫院和死亡收場。如果你已經無法管理自己的生活，並且不想再靠毒品而活著，我們已經找到了一個方法，就是匿名毒癮者互助會的12步驟，是一套在日常生活中幫助我們從疾病裡獲得康復的計畫。

1. 我們承認自己已經無能為力克服毒癮，而且我們無法管理自己的生活。
2. 我們開始相信有一個比我們更大的力量能夠使我們恢復正常。
3. 我們決定將我們的意志和生活託付給這位按照各自所理解的上蒼來看顧我們。
4. 我們做了徹底和無所畏懼的自我品格省察。
5. 我們對上蒼、對自己、對他人承認自己犯錯失的本質。

6. 我們已經完全準備好讓上蒼除去我們所有品格上的缺陷。
7. 我們謙卑地祈求上蒼移除我們的缺陷。
8. 我們列出我們曾經所傷害的人，並願意去彌補他們。
9. 我們在可能的狀況下去彌補這些人，除非如此做會造成他們或別人的傷害。
10. 我們不斷自我檢討，若有錯失，立即承認。
11. 我們藉著禱告和默想，使我們更自覺的去觸摸到這位按照各自所理解的上蒼，唯求認識祂對我們的旨意，並祈求有力量奉行。
12. 透過這些步驟，我們獲得心靈上的覺醒，同時向其他成癮者傳送這些經驗，並在一切日常事務中實踐這些原則。

康復並不僅是保持不使用毒品。當我們戒斷了所有的毒品以後(也包括酒精和大麻)，我們將面臨曾經無法應付的情緒，甚至過去曾無法體驗到的感受。因此我們必需願意面對過去及現在的情緒。

我們學習去經歷各樣的情緒，並意識到這些情緒是無法傷害我們的，除非我們隨著情緒行動。如果遇到無法處理的情緒，我們不需隨著情緒行動，而可以聯絡NA的成員，藉由分享來學習處理情緒。其他NA的成員應當都有類似的經歷，能夠分享他們處理情緒的有效方法。要記住，孤獨對成癮者而言是不利的。

12步驟、新朋友及幫助者都能協助我們在這些情緒上的處理。透過在NA的分享，我們美好日子的快樂即倍增，憂傷則減少。在這一生，我們第一次不用再獨自的經歷任何事情。有了團體，我們能夠與一個更大的力量建立關係，是永遠與我們同在的力量。

我們建議你一旦認識了你當地的成員，就不要猶豫，開始找一個幫助者，因為成為新成員的幫助者是一件榮幸的事。成為一個幫助者或被幫助者都是很有收穫的經歷；我們都是來彼此相助的。在康復中的我們必需與你分享我們所學到的，才能保持自己在NA裡得到的成長及維持不再靠著毒品的生活。

這是一個帶來希望的計劃。你唯一需要有一個停止使用毒品的意望，並願意嘗試過這種新的生活。

來參加我們的會議、秉持開放的思想去傾聽、提問題、收集電話號碼並保持電話聯繫，保持今天的康復。

我們也要提醒你，這是一個匿名的計劃，並將嚴守著你的匿名。「對你所使用的毒品的種類和劑量、你的毒品來源、你以前的所作所為、你是富裕或是貧窮，我們都不介意。我們只在乎你要如何處理你的問題及我們能如何提供幫助。」

