

Dobrodošel v Narcotics Anonymous

Dobrodošel na svojem prvem srečanju NA, ki nudi odvisnikom način življenja brez drog. Če nisi prepričan, ali si odvisnik, ne skrbi; preprosto še naprej prihajaj na srečanja. Imel boš dovolj časa, da se o tem odločiš kasneje.

Nemara se počutiš tako, kot se je večina izmed nas, ko smo se prvič udeležili NA srečanja – malce si živčen in zdi se ti, da vsi gledajo samo tebe. Če je tako, nisi edini. Mnogi smo se počutili enako. Zato rečemo: »Če te zvija v želodcu, si najverjetneje na pravem mestu.« Pogosto pravimo, da nihče ne pride skozi vrata Narcotics Anonymous po pomoti. Ljudje, ki niso odvisniki, se ne sprašujejo o tem; oni o tem sploh ne razmišljajo. Če se sprašuješ, ali si odvisnik ali nisi, potem verjetno si. Samo vzemi si čas, da slišiš naše izkušnje, ki jih delimo na srečanjih. Morda boš slišal kaj takega, kar ti bo zvenelo znano. Ni pomembno, ali si jemal iste droge, kot jih omenjajo drugi. Sploh ni pomembno, katere droge si jemal; tukaj si dobrodošel, če imaš željo, da bi jih prenehal jemati. Večina odvisnikov doživlja podobne občutke in s tem, ko se osredotočamo na naše podobnosti in ne na razlike, smo si lahko v pomoč.

Morda se počutiš brezupno in prestrašeno. Morda si misliš, da tako kot vse ostale stvari, ki si jih poizkusil, tudi ta program ne bo deloval. Ali pa meniš, da ta program lahko deluje za koga drugega, ne pa tudi zate, saj misliš, da si drugačen od nas. Večina izmed nas se je počutila podobno, ko smo prvič prišli v NA. Nekako smo vedeli, da ne moremo več nadaljevati z drogiranjem, nismo pa vedeli, kako bi prenehali ali ostali čisti. Vsi smo se bali opustiti tisto, kar je za nas postalo tako pomembno. Olajšanje je, ko ugotovimo, da je edini pogoj za pripadnost skupnosti NA *želja*, da bi prenehali jemati droge.

Sprva smo bili mnogi nezaupljivi in prestrašeni, ko smo poskušali delati stvari na nov način. Edino, kar smo dobro vedeli je bilo to, da star način ne deluje več. Vendar se stvari niso spremenile takoj, ko smo postali čisti. Pogosto so se nam celo običajne dejavnosti, kot so vožnja avtomobila ali uporaba telefona, zdele zastrašujoče in čudne, kot da bi postali nekdo drug, nekdo, ki ga nismo prepoznali. Prav v takih primerih nam skupnost in podpora drugih odvisnikov v okrevanju zares pomagata. Za podporo in varnost, ki ju tako nujno potrebujemo, se začnemo opirati na druge člane.

Mogoče že razmišljaš »Ja, ampak ...«, »Kaj če ...«. A tudi če dvomiš, lahko na začetku uporabiš nekaj enostavnih napotkov: pojdi na čim več NA srečanj in zberi čim več telefonskih števil ostalih članov ter jih redno uporabljal, še posebej takrat, ko imaš močno željo po drogi. Skušnjava ni omejena le na dneve in ure, ko imamo srečanja. Mi smo danes čisti zato, ker smo poiskali pomoč. Kar je pomagalo nam, lahko pomaga tudi tebi. Naj te ne bo strah poklicati drugega odvisnika v okrevanju.

Edini način, ki nas obvaruje pred ponovnim zdrsom v aktivno odvisnost je, da ne vzamemo tistega prvega odmerka. Najbolj naravna stvar za odvisnika je, da vzame drogo. Zato mora večina izmed nas skozi drastične fizične, psihične, čustvene in duhovne spremembe pri vzdrževanju abstinence od substanc, ki spreminjajo razpoloženje ali zavest. Dvanajst korakov NA nam ponuja pot do sprememb. Nekoč je nekdo rekel: »Verjetno se lahko očistiš že samo s tem, da prihajaš na srečanja. Toda, če želiš tudi ostati čist in izkusiti okrevanje, boš moral uporabljati Dvanajst korakov«. To pa je več kot zmoremo narediti sami. V Skupnosti NA drug drugega podpiramo v prizadevanjih, da bi se naučili

živeti nov način življenja, tak, ki nas ohranja zdrave in brez drog.

Na svojem prvem srečanju boš spoznal ljudi, ki imajo različno dobo čistosti. Verjetno se boš spraševal, kako jim uspeva, da tako dolgo ostajajo čisti. Če boš še naprej prihajal na srečanja in ostajal čist, boš kmalu razumel, kako to deluje. Med odvisniki v okrevanju obstaja medsebojno spoštovanje in skrb, saj smo vsi morali premagati bedo odvisnosti. Imamo se radi in se medsebojno podpiramo v okrevanju. Program NA temelji na duhovnih načelih za katera smo ugotovili, da nam pomagajo ostajati čisti. Od tebe ne bomo zahtevali nič, dobil pa boš veliko koristnih napotkov. Ta skupnost nam daje priložnost, da ti damo, kar smo našli mi: način življenja brez droge. Mi vemo, da »kar imamo, lahko obdržimo le tako, da dajemo naprej.«

Zato, dobrodošel! Veseli smo, da ti je uspelo priti do sem in upamo, da se boš odločil ostate. Pomembno je, da veš, da nas boš na NA srečanjih slišal omenjati Boga. Pri tem mislimo predvsem na Silo, večjo od nas, ki spreminja nemogoče v mogoče. To silo smo našli tukaj v NA, v programu, na srečanjih in v ljudeh. To je duhovno načelo, ki nam pomaga, da živimo brez droge en dan naenkrat; in kadar je dan predolg, le pet minut naenkrat. Skupaj lahko naredimo to, česar nismo zmogli sami. Pozivamo te, da uporabiš našo moč in naše upanje, dokler ne najdeš svojega. Prišel bo čas, ko boš tudi ti želel dajati naprej tisto, kar je bilo dano tebi.

PRIHAJAJ, KER DELUJE!

Lokalna NA telefonska številka
za pomoč je:

Copyright © 2017 by
Narcotics Anonymous World Services, Inc.
Vse pravice pridržane

World Service Office
PO Box 9999
Van Nuys, CA 91409 USA
T 818.773.9999
F 818.700.0700
Website: 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



To je prevod literature, ki jo je odobrila
Skupnost Anonimnih narkomanov.

Narcotics Anonymous,   , in The NA Way
so registrirani zaščitni znaki
Narcotics Anonymous World Services, Incorporated.

ISBN 978-1-63380-117-2 Slovenian 1/17

WSO Catalog Item No. SL-3122



Narcotics Anonymous®

IP Št. 22-SL

Dobrodošel v Narcotics Anonymous

Ta letak je napisan, da odgovori
na nekatera vaša vprašanja o
programu Narcotics Anonymous
(NA). Naše sporočilo je zelo
enostavno: našli smo način, kako
živeti brez drog in veseli smo, da
lahko to delimo z vsemi, ki imajo
težave z drogami.