Welkom by Narkotika Anoniem

Welkom by jou eerste NA-vergadering. NA bied verslaafdes 'n dwelmvrye manier van lewe. As jy nie seker is of jy 'n verslaafde is nie, moenie jouself daaroor bekommer nie, hou net aan om na ons vergaderings te kom. Jy sal oorgenoeg tyd hê om self te besluit.

Indien jy soos talle van ons was toe ons na ons eerste NA-vergadering gegaan het, kon jy dalk redelik senuweeagtig gewees het en gedink het almal in die vergadering fokus op jou. Indien wel, is jy nie die enigste een nie. Baie van ons het dieselfde gevoel. Dit is al genoem dat, "as jou maag op 'n knop getrek is, jy waarskynlik op die regte plek is". Ons sê dikwels dat niemand per ongeluk by die deure van NA inkom nie. Nieverslaafdes bring nie hulle tyd deur deur te wonder of hulle verslaafdes is nie. Hulle dink nie eers daaroor nie. As jy wonder of jy 'n verslaafde is of nie, is jy dalk een. Gun jouself net die tyd om te luister hoe ons deel oor hoe dit vir ons was. Dalk hoor jy iets wat vir jou bekend klink. Dit maak nie saak of jy dieselfde dwelms wat ander noem, gebruik het of nie. Dit maak nie saak watter dwelms jy gebruik het nie, jy is welkom hier as jy wil ophou gebruik. Die meeste verslaafdes beleef baie soortgelyke gevoelens, en deur te fokus op ons ooreenkomste eerder as die verskille, help ons mekaar.

Jy mag hopeloos en bang voel. Jy mag dink dat hierdie program, soos ander dinge wat jy beproef het, nie sal werk nie. Of jy mag dink dat wat ook al vir iemand anders gewerk het, nie vir jou sal werk nie omdat jy anders as ons is. Die meeste van ons het so gevoel toe ons aanvanklik na NA toe gekom het. Ons het op die een of ander manier geweet ons kan nie voortgaan om dwelms te gebruik nie, maar ons het nie geweet hoe om op te hou en skoon te bly nie. Ons was almal bang om iets prys te gee wat so belangrik vir ons was. Dit was 'n verligting om te ondek dat die enigste vereiste vir lidmaatskap in NA 'n *begeerte* is om op te hou gebruik.

Aanvanklik was die meeste van ons wantrouig en bang om 'n nuwe manier van dinge doen, te beproef. Omtrent die enigste ding waarvan ons seker was, was dat ons ou manier van dinge doen nie gewerk het nie. Selfs nadat ons skoon geword het, het dinge nie dadelik verander nie. Selfs ons gewone aktiwiteite soos motor bestuur en die telefoon gebruik, het vreesaanjaend voorgekom, asof ons iemand geword het wat ons nie herken nie. Dit is waar die genootskap en die ondersteuning van ander skoon verslaafdes werklik help, en ons begin staatmaak op ander vir die gerusstelling wat ons so onsettend nodig het.

Jy mag reeds dink: "Ja, maar", of "Wat as?" Selfs al twyfel jy, kan jy hierdie eenvoudige voorstelle as 'n beginpunt gebruik: Woon soveel NA-vergaderings by as wat jy kan en stel 'n lys van NA-foonnommers op om gereeld te gebruik, veral as jy 'n sterk drang het om dwelms te gebruik. Die versoeking is nie beperk tot dae en ure wanneer vergaderings plaasvind nie. Ons is vandag skoon omdat ons uitgereik het na hulp. Dit wat ons gehelp het, kan jou ook help. Moenie bang wees om 'n ander herstellende verslaafde te skakel nie.

Die enigste manier om nie na aktiewe verslawing terug te keer nie is om nie die eerste dwelm te neem nie. Die mees natuurlike ding vir 'n verslaafde om te doen, is om dwelms te gebruik. Die meeste van ons moes drastiese fisieke, verstandelike, emosionele en geestelike veranderinge ondergaan om ons te weerhou van die gebruik van gemoeds- en geestesveranderende middels. Die Twaalf Stappe van NA bied vir ons 'n manier om te verander. Iemand het gesê: "Jy kan waarskynlik skoon raak net deur vergaderings by te woon. Indien jy egter skoon wil bly en herstel wil beleef, sal jy die Twaalf Stappe moet beoefen." Dit is meer as wat ons alleen kan doen. In die NA-Genootskap ondersteun ons mekaar in ons pogings om te leer en 'n nuwe manier van lewe te beoefen wat ons gesond en dwelmvry hou.

By jou eerste vergadering sal jy mense met verskillende tydperke van skoontyd ontmoet. Jy mag wonder hoe hulle kon skoon bly vir daardie tydperk. Indien jy aanhou om na NA-vergaderings terug te kom, sal jy mettertyd verstaan hoe dit werk. Daar is 'n wedersydse respek en omgee tussen skoon verslaafdes omdat ons almal die ellende van verslawing moes oorkom. Ons is lief vir en ondersteun mekaar in ons herstel. Die NA-program is saamgestel uit geestelike beginsels wat, in ons ondervinding, help om ons skoon te hou. Niks sal van jou vereis word nie maar jy sal baie voorstelle ontvang. Die genootskap gee vir ons die geleentheid om dit aan jou te skenk wat ons gevind het: 'n skoon manier van lewe. Ons weet dat ons dit moet "weggee ten einde dit te behou".

So, welkom! Ons is bly dat jy hier is en hoop dat jy besluit om te bly. Dit is belangrik vir jou om te weet dat daar na God verwys sal word in NA-vergaderings. Ons verwys na 'n Mag groter as ons wat dinge moontlik maak wat onmoontlik lyk. Ons vind hierdie Mag hier in NA, in die program, in die vergaderings en in die mense. Dit is die geestelike beginsel wat vir ons gewerk het

om een dag op ’n slag dwelmvry te lewe en wanneer ’n dag te lank is, slegs vyf minute op ’n slag. Ons kan saam vermag wat ons nie alleen kan nie. Ons nooi jou uit om van ons krag en hoop gebruik te maak totdat jy jou eie vind. Daar sal ’n tyd kom wanneer jy ook dit wat so vrylik aan jou geskenk is, met iemand anders sal wil deel.

KOM WEER TERUG – DIT WERK!

Jou plaaslike NA-hulplynnommer is:

_____

_____

_____

_____

_____

Copyright © 2018 by
Narcotics Anonymous World Services, Inc.
Alle regte voorbehou

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

World Service Office–IRAN
Tehran, Iran
www.na-iran.org

Dit is ’n vertaling van literatuur wat deur die NA-Genootskap goedgekeur is.

Narcotics Anonymous, , , , en The NA Way is geregistreerde handelsmerke van Narcotics Anonymous World Services, Incorporated.

ISBN 978-1-63380-159-2 Afrikaans 6/18

WSO Catalog Item No. AF3122

Narcotics Anonymous®
Narkotika Anoniem

IP Nr. 22-AF

Welkom by Narkotika Anoniem

Hierdie pamflet is geskryf om van die vrae wat jy omtrent die Narkotika Anoniem-program mag hê, te beantwoord. Ons boodskap is baie eenvoudig: Ons het ’n manier gevind om te lewe sonder om dwelms te gebruik, en ons deel dit graag met enigiemand vir wie dwelms ’n probleem is.