

## Kdo, co, jak a proč

### Kdo je závislý?

Většina z nás o této otázce dvakrát nepřemýšlí. *Víme to!* Celý náš život a myšlení bylo soustředěno na drogy v té či oné podobě – jak je sehnat, jak je užívat a jak najít prostředky a způsoby, abychom jich získali ještě více. Žili jsme, abychom brali a brali jsme, abychom žili. Velmi jednoduše, závislý je muž nebo žena, jejichž život ovládají drogy. Jsme lidé v zajetí postupné a zhoršující se nemoci, která končí vždy stejně: vězením, léčebnami a smrtí.

### Co je program Anonymní narkomani?

NA (Narcotics Anonymous – Anonymní narkomani) je neziskové společenství žen a mužů, pro které se drogy staly vážným problémem. Jsme uzdravující se závislí, kteří se pravidelně scházejí a pomáhají si zůstat čistými. Je to program úplné abstinence od všech drog. Jedinou podmínkou členství je touha přestat je užívat. Doporučujeme mít otevřenou mysl a být k sobě shovívaví. Náš program je soubor zásad napsaných tak jednoduše, že se jimi můžeme řídit v našem každodenním životě. Nejdůležitější na nich je, že fungují.

Členství v NA není nic zavazujícího. Nejsme spřízněni s žádnou jinou organizací, nemáme členské příspěvky ani poplatky, nemusíme podepisovat závazky ani nikomu nic slibovat. Nejsme spojeni s žádnou politickou, náboženskou nebo policejní organizací, nikdo nás nekontroluje a nikdy nejsme sledováni. Kdokoliv se k nám může připojit bez ohledu na věk, rasu, sexuální zaměření, náboženství, vyznání víry nebo její nedostatek.

Nezajímá nás, co a kolik jste brali, kde jste si sháněli, co jste v minulosti udělali, jak mnoho nebo málo máte. Zajímá nás jen, co

chcete dělat se svým problémem, a jak vám můžeme pomoci. Nově přichozí je nejdůležitější osobou na každém setkání, protože to, co jsme získali, můžeme udržet tím, že to předáváme druhým. Ze zkušenosti skupiny jsme se naučili, že ti, kteří přicházejí na naše setkání pravidelně, zůstávají čisti.

### Proč jsme tady?

Před příchodem do Společenství NA jsme nezvládali své životy. Neuměli jsme žít a těšit se ze života jako ostatní. Museli jsme mít něco zvláštního a mysleli jsme, že jsme to našli v drogách. Dávali jsme přednost užívání drog před svými rodinami, manžely, manželkami a svými dětmi. Museli jsme mít drogy za každou cenu. Ublížili jsme mnoha lidem, ale hlavně jsme ublížili sami sobě. Vlastní neschopností přijmout osobní odpovědnost jsme si vytvářeli další problémy. Nedokázali jsme čelit životu takovému, jaký je.

Většina z nás si uvědomovala, že aktivní závislost je pomalá sebevražda, ale závislost je takový úskočný a mocný nepřítel života, že jsme ztratili schopnost cokoliv s tím udělat. Mnozí z nás skončili ve vězení nebo hledali pomoc v lékařství, psychiatrii nebo v náboženství. Avšak žádná z těchto metod nám nepostačovala. Naše nemoc se vždy vracela a stále se zhoršovala, až jsme ze zoufalství hledali pomoc jeden u druhého ve společenství Anonymních narkomanů.

Po příchodu do NA jsme si uvědomili, že jsme nemocní lidé a trpíme nevyléčitelnou nemocí. Ale její postup můžeme nakonec zastavit, a potom je možné i uzdravování.

### Jak to funguje

Když chcete, co nabízíme, a jste ochotni snažit se to získat, jste připraveni podniknout určité kroky. Tady jsou principy, které umožnily naše uzdravování.

1. Přiznali jsme, že jsme byli bezmocní vůči závislosti a naše životy začaly být neovladatelné.
2. Dospěli jsme k víře, že Moc větší než my sami může obnovit naše duševní zdraví.
3. Rozhodli jsme se předat svou vůli a svůj život do péče Boha, *jak jej my sami chápeme*.
4. Provedli jsme důkladnou a nebojácnou morální inventuru sebe sama.
5. Přiznali jsme Bohu, sami sobě i jiné lidské bytosti přesnou povahu svých chyb.
6. Byli jsme zcela otevřeni tomu, aby Bůh odstranil všechny tyto charakterové vady.
7. Pokorně jsme ho požádali, aby naše nedostatky odstranil.
8. Sepsali jsme seznam lidí, kterým jsme ublížili, a stali jsme se ochotnými jim to vše vynahradiť.
9. Učinili jsme nápravy přímo těmto lidem, kdykoli to bylo možné, kromě případů, kdy by to jim anebo jiným uškodilo.
10. Pokračovali jsme v provádění osobní inventury, a když jsme chybili, pohotově jsme to přiznali.
11. Pomocí modlitby a meditace jsme zdokonalovali svůj vědomý styk s Bohem, *jak jej my sami chápeme*, a modlili se pouze za to, aby se nám dostalo poznání jeho vůle a síly ji uskutečnit.
12. Protože jsme se v důsledku těchto kroků spirituálně probudili, snažíme se předávat toto poselství ostatním závislým a uplatňovat tyto principy ve všech našich záležitostech.

Zdá se, že je to velký úkol a nemůžeme jej splnit najednou. Nestali jsme se narkomany za jeden den, tak si pamatujte: *pokrok – ne dokonalost*.

Je jedna věc, která je pro naše uzdravování nejvíc nebezpečná. Je to nesnášenlivý nebo netečný postoj k duchovním principům. Tři z nich jsou nezbytné: poctivost, otevřená mysl a ochota. S nimi jsme již na dobré cestě.

Cítíme, že náš postoj k nemoci zvané závislost je plně realistický: když závislý pomáhá závislému, je terapeutická hodnota nedocenitelná. Věříme, že náš způsob je praktický, protože nikdo nemůže pochopit závislého, ani mu lépe pomoci, než jiný závislý. Věříme, že čím dříve budeme čelit svým problémům v rámci společnosti, v každodenním životě, tím dříve se staneme přijatelnými, zodpovědnými a produktivními členy této společnosti.

Je jen jediný způsob, jak se vyhnout návratu do aktivní závislosti na drogách – nevzít si tu první drogu. Jestli jste jako my, už víte, že jedna je příliš mnoho a tisíc nikdy nestačí. Zdůrazňujeme to proto, že víme, že když bereme jakoukoliv drogu nebo nahradíme jednu druhou, zase znovu upadneme do závislosti.

Pověra, že alkohol je něco jiného než drogy, přivedla mnoho narkomanů k recidivě. Před tím, než jsme přišli do NA, si mnoho z nás myslelo, že alkohol není jako jiné drogy, ale nemůžeme si zde dovolit žádnou nejistotu: alkohol je droga. Jsme lidé s nemocí zvanou závislost a musíme se zdržet všech drog, abychom se uzdravili.

### Dvanácti tradic NA

To co jsme získali, můžeme udržet jedině bdělostí. Stejně jako je svoboda jednotlivce výsledkem Dvanácti kroků, je svoboda skupiny výsledkem našich tradic.

Dokud je pouto, které nás spojuje, silnější než síla, která by nás rozdělila, všechno bude dobré.

1. Naše společné blaho by mělo být na prvním místě; osobní uzdravení závislí na jednotě NA.

2. Pro účel naší skupiny existuje pouze jedna konečná autorita – milující Bůh, tak jak se vyjadřuje v našem skupinovém svědomí. Naši vedoucí jsou pouze spolehliví služebníci, kteří však nevládnou.
3. Jedinou podmínkou pro členství je touha přestat brát drogy.
4. Každá skupina by měla být autonomní s výjimkou záležitostí, které ovlivňují jiné skupiny nebo NA jako celek.
5. Každá skupina má pouze jediný primární účel – přinášet své poselství závislému, který ještě trpí.
6. Skupina NA by nikdy neměla podporovat ani financovat jakékoliv zařízení nebo vnější podnikání, ani jim propůjčovat jméno NA, aby nás problémy peněz, majetku a prestiže neodvedly od našeho primárního účelu.
7. Každá skupina NA by měla být plně soběstačná a odmítat vnější příspěvky.
8. Společenství Anonymní narkomani by mělo zůstat navždy neprofesionální, ale naše servisní centra mohou zaměstnávat speciální pracovníky.
9. NA jako takové by nikdy nemělo být organizováno, ale my můžeme vytvořit servisní rady nebo výbory přímo odpovědné těm, kterým slouží.
10. Společenství Anonymní narkomani nemá názory na vnější otázky, proto by jméno NA nemělo být nikdy zataženo do veřejného sporu.
11. Naše vztahy s veřejností jsou založeny spíše na přitažlivosti než na propagaci; musíme vždy udržovat osobní anonymitu na úrovni tisku, rozhlasu a filmu.
12. Anonymita je spirituálním základem všech našich tradic. Vždy nám připomíná, abychom kladli principy před osobnosti.



**Narcotics Anonymous®**  
**Anonymní narkomani**

Dvanáct kroků a Dvanáct tradic znovu vytištěno  
za účelem adaptace se svolením společnosti  
AA World Services, Inc.

Copyright © 2016 by  
Narcotics Anonymous World Services, Inc.  
Veškerá práva vyhrazena

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)



Toto je překlad literatury schválený Společenstvím NA.

Narcotics Anonymous,   , a The NA Way

jsou registrované ochranné značky společnosti  
Narcotics Anonymous World Services, Incorporated.

ISBN 978-1-55776-503-1 Czech 10/16

WSO Catalog Item No. CS-3101

IP č. 1-CS

## Kdo, co, jak a proč

Přetištěno z bílé knihy  
*Narcotics Anonymous*