



Narcotics Anonymous®

Anonimowi Narkomani

IP Nr. 2-PL

Grupa

Grupa

Definicja i cel

Grupą Anonimowych Narkomanów jest każde spotkanie dwóch lub więcej zdrowiejących uzależnionych, odbywające się regularnie w określonym miejscu i czasie, którego celem jest zdrowienie z choroby uzależnienia. Wszystkie grupy Anonimowych Narkomanów są zobowiązane zasadami Dwunastu Kroków i Dwunastu Tradycji NA. Każda grupa ma jeden główny cel – nieść posłanie zdrowienia uzależnionemu, który wciąż jeszcze cierpi.

Ważne, żeby pamiętać o naszym głównym celu, tak aby uzależniony, który przychodzi na swój pierwszy mityng, mógł się zidentyfikować i poczuć więź z innymi obecnymi. Grupa jest odpowiedzialna za zapewnienie atmosfery zdrowienia, obejmującej zarówno nowoprzybyłego, który ma pragnienie zaprzestania używania, jak i dotychczasowych członków. Chcemy, aby nowoprzybyły czuł się mile powitany. Przypominamy sobie, jak przestraszeni i lękliwi byliśmy, kiedy po raz pierwszy przyszliśmy do NA. Zostaliśmy wtedy przywitani uśmiechem i nauczeni, że możemy się po prostu przytulić do drugiej osoby – to mogło zmienić dla nas rzeczywistość, w której czuliśmy się samotni. Musieliśmy znaleźć ludzi takich jak my sami; takich, którzy rozumieją nasze uczucia i doświadczenia, bo przeszli to samo, co my. Na samym początku przekonaliśmy się, że każdy uzależniony może pozostać czysty, biorąc przykład z innych uzależnionych, żyjących w czystości Programem NA.

Grupa jest najskuteczniejszym środkiem niesienia posłania nadziei i obietnicy wolności od czynnego uzależnienia. Każdy uzależniony może przestać zażywać, utracić

pragnienie zażywania i znaleźć nową, lepszą drogę życia. Na mityngach słuchamy uzależnionych dzielących się swoim doświadczeniem, siłą i nadzieją, aby móc pozostać czystymi i pomóc utrzymać czystość innym. Odkryliśmy, że niepodważalna jest terapeutyczna wartość pomocy, udzielanej jednemu uzależnionemu przez drugiego.

Doświadczyliśmy tego, że kiedy regularnie uczestniczyliśmy w mityngach, uczucia, które zwykle nas prześladowały, zaczęły nas opuszczać. Zostały zastąpione przez uczucia nadziei, radości i wdzięczności za nową drogę życia, którą odnaleźliśmy poprzez Anonimowych Narkomanów. I co najważniejsze: ci, którzy regularnie przychodzą na mityngi, pozostają czystymi.

Grupa domowa

Wybór i wspieranie grupy domowej jest ważną częścią zdrowienia. Grupa domowa to mityng, gdzie czujesz się komfortowo i na który będziesz regularnie przychodzić. Nazywamy go grupą domową, bo ta nazwa sugeruje miejsce, do którego pasujemy i do którego przynależymy. Posiadanie grupy domowej pozwala nam mieć taką kotwicę każdego tygodnia – tu możemy poznać ludzi i oni mogą naprawdę poznać nas. Rozwijamy więź pomiędzy nami, kiedy razem wzrastamy.

Angażujemy się w naszą grupę domową i kiedy jesteśmy z jakiegoś powodu nieobecni, nasz brak jest odczuwany. Nasza grupa domowa jest też miejscem, w którym celebруем każdy nowy rok w czystości. Rozwijamy prawdziwe przyjaźnie, często po raz pierwszy w życiu, i uczymy się szanować siebie nawzajem. To może być bardzo ważne w naszym zdrowieniu.

Grupa dojrzewa tak jak jej członkowie. Uczymy się stosować zasady duchowe Anonimowych Narkomanów we wszystkich naszych sprawach. Uczymy się również rozdzielać między siebie obowiązki i dzielić się odpowiedzialnością za wzrost i dobrostan grupy.

Członek grupy domowej powinien starać się być świadomym problemów czy trudności, z jakimi zмага się jego grupa, oraz być chętnym do pomocy w ich rozwiązywaniu. Grupa domowa to miejsce, gdzie głosujesz jako członek sumienia grupy w sprawach wpływających zarówno na NA jako całość, jak i dotyczących dobrostanu twojej grupy. Grupy domowe uczestniczą również w niesieniu posłania zdrowienia na poziomie okręgu. W duchu jedności, dla realizacji wspólnego celu i dobra NA jako całości, jest ważne, abyśmy wszyscy wykonywali naszą część pracy.

Tworzenie grupy

Kiedy zakładamy grupę¹, priorytetem jest zabezpieczenie sobie miejsca, gdzie mityngi będą mogły się odbywać regularnie. Spróbujcie znaleźć obiekt, który sprzyja atmosferze zdrowienia i zapewni przestrzeń pozwalającą na rozwój. Ważne, aby znaleźć miejsce, które pozwoli grupie praktykować Tradycję Szóstą: „Grupa NA nigdy nie powinna popierać, finansować ani używać nazwy NA żadnym pokrewnym instytucjom ani przedsięwzięciom spoza Wspólnoty, aby problemy finansowe, majątkowe lub kwestie prestiżu nie odrywały nas od głównego celu”. Ta zasada niezależności pozwoli grupie rozwinąć własną autonomię. Po znalezieniu lokalu wybieramy dzień tygodnia, czas rozpoczęcia i zakończenia mityn-

¹ Więcej informacji o założeniu grupy zawiera *Książeczka grupy*.

gu, ustalamy, kto będzie otwierać i zamykać salę, i dokonujemy innych niezbędnych przygotowań. Tradycja Siódma mówi: „Każda grupa NA powinna być samowystarczalna finansowo i nie powinna przyjmować dotacji z zewnątrz”. Postępowanie zgodnie z Tradycją Siódmą wymaga płacenia czynszu za lokal; grupy NA muszą być zawsze samowystarczalne. Obowiązki związane z utrzymaniem grupy (otwieranie sali, parzenie kawy, dostarczanie literatury, sprząatanie etc.) najlepiej podzielić pomiędzy dwóch lub więcej uzależnionych. Niektóre grupy utraciły lokale, w których organizowały mityngi, bo nie dbały o nie odpowiednio. Dlatego jeśli staramy się pozostawiać salę w stanie lepszym, niż ją zastaliśmy, chronimy atmosferę zdrowienia i reputację Anonimowych Narkomanów.

Jeżeli na początku mityng jest nieliczny, bądź cierpliwy. Doświadczenie pokazuje, że będzie wzrastał. Można szukać wsparcia poprzez kontakt ze służbami okręgu lub regionu, zapraszanie na innych mityngach i dystrybucję ulotek.

Kiedy frekwencja i wsparcie są wystarczające, odbywa się mityng organizacyjny. Na pierwszym z nich formalizowane są sprawy grupy (nazwa, format etc.) i wybierani są służebni. Mimo że grupa może w tym czasie wyglądać na zaprzątniętą sprawami organizacyjnymi, musimy pamiętać, że budujemy fundament, dzięki któremu będziemy nieść posłanie zdrowienia – nasz główny cel. Naszą odpowiedzialnością jako członków grupy jest dbanie o NA i inwestowanie w nasze zdrowienie. Uczestnictwo w naszej grupie domowej jest dla nas prawdziwym przywilejem.

Służebni

Nasza Tradycja Druga mówi: „Jedynym i najwyższym autorytetem w naszej grupie jest miłujący Bóg, jakkolwiek może się On wyrażać w jej świadomości. Nasi przewodnicy powoływani są do tego, aby nam służyć, a nie do tego, aby nami rządzić”. Dlatego służebni tworzą szkielet grupy i ich regularna obecność na wszystkich mityngach jest bardzo ważna. Jedną z pułapek, które utrudniają działanie grup lub nawet powodują ich rozpad, jest wybór niekompetentnych lub niemających stażu we Wspólnocie służebnych. Często wybory do służb wydają się konkursem popularności zamiast selekcją. Służebni grupy muszą być wybierani bardzo uważnie ze względu na spoczywającą na nich odpowiedzialność oraz potencjalny wpływ, jaki na grupę będzie miała osoba nieodpowiednia dla danej służby. Zaangażowane wypełnianie obowiązków związanych ze służbą jest bardzo ważne. Następne akapity zawierają ich krótki opis dla każdego rodzaju służb na poziomie grupy. Więcej informacji zawiera przewodnik służb zaaprobowany przez NA.

Oto ogólna wskazówka: Aby z sukcesem wypełniać obowiązki związane z pełnioną służbą, służebni powinni mieć pewne atuty. Są nimi:

1. Wola i pragnienie pełnienia służb
2. Staż zdrowienia we Wspólnocie NA (sugerujemy minimum rok czystości)
3. Zrozumienie i wiedza płynąca z pracy nad Dwunastoma Krokami i Dwunastoma Tradycjami NA
4. Aktywne uczestnictwo w mityngu grupy

Sekretarz

Sekretarz grupy jest odpowiedzialny za:

- ★ Otwieranie i zamykanie lokalu, w którym odbywa się mityng – niezależnie od wszystkiego!
- ★ Wybór prowadzącego, niosącego posłanie zdrowia
- ★ Dopilnowanie, aby kawa została zrobiona
- ★ Utrzymywanie dokumentacji mityngu
- ★ Urządzanie mityngów organizacyjnych
- ★ Zakup potrzebnych rzeczy i literatury

Służba Sekretarza wiąże się z wielką odpowiedzialnością, dlatego nie może być bez troski traktowana. Członkowie grupy powinni być zawsze chętni do pomocy na każde wezwanie Sekretarza.

Skarbnik

Skarbnik jest odpowiedzialny za:

- ★ Płacenie rachunków grupy
- ★ Utrzymywanie dokumentacji finansowej
- ★ Realizację decyzji sumienia grupy odnośnie do przepływu pieniędzy
- ★ Sporządzanie regularnie raportów dla grupy

Jest pomocne, jeżeli Skarbnik ma podstawowe umiejętności matematyczne i właściwie zajmuje się własnymi finansami. Jednym z największych problemów, z jakim się zmagaliśmy, była defraudacja grupowych pieniędzy. Zniknęły tysiące dolarów potrzebnych środków. To nie tylko ogranicza ilość rzeczy, które może robić Wspólnota Anonimowych Narkomanów, ale też uderza prosto w serce naszej Tradycji Piątej, która brzmi: „Każda grupa ma jeden główny cel – nieść

posłanie uzależnionemu, który wciąż cierpi”. Skarbnicy, którzy nadużyli swojej funkcji, zwykle przekonują się, że cena, którą płać terminami osobistego zdrowienia, jest bardzo wysoka. Jest oczywiste, że na Skarbniku ciąży olbrzymia odpowiedzialność i należy starannie przemyśleć wybór właściwej osoby do pełnienia tej służby. Więcej informacji dotyczących pełnienia służby Skarbnika grupy zawiera zaaprobowana przez Konferencję NA *Treasurer’s Handbook*².

Delegat grupy (GSR)

GSR jest odpowiedzialny za:

- ★ Regularne uczestniczenie w mityngach służb okręgu (Zgromadzenie grup, Forum grup)
- ★ Podejmowanie służb w komitetach okręgu
- ★ Bycie łącznikiem między grupą a okręgiem
- ★ Dzielenie odpowiedzialności z Zastępcą Delegata
- ★ Aktualizację danych grupy w Biurze Służb Światowych (WSO)

Najważniejszą stroną tej służby jest bycie rzecznikiem grupy. Delegat grupy reprezentuje kluczowe połączenie pomiędzy grupą a resztą Wspólnoty. Służba GSR jest drogą formalnej komunikacji sumienia grupy w sprawach dotyczących innych grup lub NA jako całości. Nakłada to na jej przedstawiciela obowiązek dostarczania grupie informacji o rozwoju Wspólnoty NA w ujęciu światowym i do dzielenia się każdymi działalnościami, siłami czy problemami grupy z okręgiem. Jest bardzo ważne, żeby GSR nie przerwał łańcucha komunikacji NA.

² Dotychczas nieopublikowane w języku polskim

Zastępca Delegata grupy (GSR – Zastępca)

Służba Zastępcy Delegata jest podobna do służby Delegata z wyjątkiem tego, że trwa dwa lata; pierwszy rok treningu i drugi rok jako Delegat. Jest konieczne, aby Zastępca bywał na wszystkich mityngach Zgromadzenia Grup, żeby uczyć się swoich obowiązków i służyć wsparciem Delegatowi. Zastępca występuje też w imieniu GSR w razie jego nieobecności.

Dodatkowe drogi pełnienia służb

Wyżej wymienione funkcje są obsadzane na podstawie zdefiniowanych warunków służby. Innym sposobem jest bycie spikerem lub prowadzącym; wyboru tych służebnych zwykle dokonuje sekretarz grupy. Światowa Wspólnota używa wielu określeń i wielu formatów mityngów. Tradycja Czwarta zapewnia nam autonomię we wszystkich sprawach, o ile nie wpływają na inne grupy lub NA jako całość. Ta różnorodność wzbogaca naszą Wspólnotę i zapewnia nam efektywność. Naszym głównym celem jest zawsze niesienie posłania uzależnionym, którzy wciąż jeszcze cierpią.

Prowadzący

Prowadzący powinien móc dzielić się doświadczeniem, siłą i nadzieją wynikającymi z regularnego uczestnictwa w mityngach NA. Osoba ta jest odpowiedzialna za to, aby utrzymywać format mityngu, oraz by wymiana doświadczeń przebiegała płynnie i bez zakłóceń. Prowadzący musi pamiętać, że mityng należy do wszystkich i nie powinien wygłaszać komentarzy po wypowiedziach innych osób.

Osoba prowadząca mityng jest odpowiedzialna za utrzymanie atmosfery zdrowienia. Tak jak dzielenie się problemami jest niezbędne do budowania poczucia identyfikacji, dzielenie się rozwiązaniami jest niezbędne dla zdrowienia. Prowadzący powinien zawsze mieć na uwadze, że jesteśmy tu dla konkretnego celu, jakim jest pozostanie w czystości i pomoc innym uzależnionym w zdrowieniu z uzależnienia.

Spiker

Ktoś wybrany, żeby przemawiać na mityngach, musi pracować i żyć programem zdrowienia NA zawartym w Dwunastu Krokach i Dwunastu Tradycjach. W rejonach, które nie obfitują w członków NA o znaczącym okresie czystości lub dostatecznym doświadczeniu w pracy nad Dwunastoma Krokami i Dwunastoma Tradycjami, istnieje możliwość, że niedoświadczona grupa źle zinterpretuje tradycje NA i zaprosi spikera spoza Wspólnoty. Jest kilka sposobów, żeby zapobiec takiej sytuacji. Dla przykładu nasz Tekst Podstawowy przypomina, że członkowie Wspólnoty z innych rejonów chętnie przemierzają duże odległości, aby wesprzeć nowe grupy. Spiker pomaga spełniać główny cel grupy, jakim jest niesienie posłania zdrowienia uzależnionemu, który wciąż jeszcze cierpi. Podczas zabierania głosu na mityngach powinniśmy być ostrożni, aby nasze posłanie zdrowienia było wyraźne. Osiągamy to, identyfikując siebie jako uzależnionych, zdrowiejących z choroby uzależnienia. Nie jest konieczne, byśmy nadmiernie opisywali nasze czynne uzależnienie lub opowiadali „historie z wojny”, bo wszyscy wiemy, jak to jest, kiedy się zażywa narkotyki.

Przyszliśmy do Anonimowych Narkomanów, żeby przestać zażywać i jesteśmy tu, żeby dzielić się naszym doświadczeniem, siłą i nadzieją w zdrowieniu.



Do naszych nowo powstałych grup: Przekonaliśmy się, że mityngi krokowe i literaturowe są na początku bardzo ważne dla wzrostu grupy. Zachęcamy, byście robili, co w waszej mocy, w atmosferze miłości i Wspólnoty. Wracajcie: To działa!

**Nasza wdzięczność
przemawia, kiedy
troszczymy się
i dzielimy z innymi na
drodze NA**

Copyright © 2017 by
Narcotics Anonymous World Services, Inc.
Wszystkie prawa zastrzeżone

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



Tłumaczenie literatury zaaprobowanej przez Wspólnotę NA.

Narcotics Anonymous, , , , i The NA Way
są znakami zastrzeżonymi
Narcotics Anonymous World Services, Incorporated.

ISBN 978-1-63380-141-7

Polish

12/17

WSO Catalog Item No. PL3102