



Narcotics Anonymous®

IP Nr. 2-DK

Gruppen

Gruppen

Definition og formål

Et Narcotics Anonymous-møde er et møde mellem to eller flere addicts i bedring, som jævnligt mødes på et bestemt sted og tidspunkt, med det formål at komme i bedring efter sygdommen addiction. Alle Narcotics Anonymous-møder er bundet af principperne fra NA's tolv trin og tolv traditioner. Hver gruppe har kun ét hovedformål – at bringe budskabet om bedring til den addict, som stadig lider.

Det er vigtigt at huske hovedformålet, således at addicts, som kommer til deres første møde, kan relatere sig til og identificere sig med andre addicts, der deltager i mødet. Gruppen har et ansvar for at skabe en atmosfære af bedring for nykommeren, som har et ønske om at stoppe med at bruge, og for eksisterende medlemmer. Vi ønsker, at nykommeren skal føle sig velkommen. Vi kan alle huske, hvor bange og skræmte vi var, da vi først mødte NA. Vi modtog de første smil og lærte, hvordan et kærligt knus kunne gøre en forskel, når vi følte os alene. Vi havde brug for at møde andre som os selv, som havde været igennem det samme, og som ville forstå vores følelser og erfaringer. Helt fra begyndelsen opdagede vi, at enhver addict kunne forblive clean ved at følge eksemplerne fra andre, som var clean og som levede efter NA's program.

Gruppen er det kraftigste redskab til at bære budskabet om håb og løftet om frihed fra aktiv addiction. Enhver addict kan stoppe med at bruge, miste trangen til at bruge samt finde en ny og bedre måde at leve livet på. På møder hører vi andre addicts dele deres

erfaring styrke og håb for selv at holde sig clean og hjælpe andre med at forblive clean. Vi har opdaget, at den terapeutiske værdi af en addict, som hjælper en anden, er uden sidestykke.

Det er vores erfaring, at når vi deltager regelmæssigt i møder, så begynder de følelser, der tidligere hjemsøgte os, at forlade os. De erstattes af følelser af håb, glæde og taknemmelighed for den nye måde at leve på, som vi har fundet i Narcotics Anonymous. Og vigtigst – de, som bliver ved med at komme regelmæssigt til møderne, forbliver clean.

Hjemmegruppe

At vælge samt at støtte en hjemmegruppe er en vigtig del af bedringen. En hjemmegruppe er et møde, hvor du befinder dig godt, og hvor du gerne vil komme regelmæssigt. Vi kalder dette sted for vores hjemmegruppe, fordi det beskriver et sted, hvor vi kan føle os hjemme, og hvor vi passer ind. At have en hjemmegruppe hjælper os med at have en krog i os selv hver uge, hvor vi kan lære andre at kende, og hvor de virkelig kan lære os at kende. Vi udvikler et bånd til hinanden, efterhånden som vi udvikler os sammen.

Vi indgår en forpligtelse i forhold til vores hjemmegruppe, og vi bliver savnet, hvis vi af en eller anden grund ikke er der. Vores hjemmegruppe er også det sted, hvor vi fejrer hvert nyt år, vi er clean. Vi får sande venskaber, ofte for første gang i vores liv, og vi lærer at respektere hinanden. Dette kan være utroligt vigtigt i vores bedring.

I takt med at medlemmerne modnes, gør gruppen det også. Vi lærer at praktisere de åndelige principper i alle aspekter af livet. Vi lærer også at delegere og dele ansvaret for gruppens vækst og bedring.

Hjemmegruppens medlemmer bør forsøge at være opmærksomme på problemer eller besværligheder, som gruppen får eller har, og være villige til at hjælpe. En hjemmegruppe er det sted, hvor du som medlem af gruppesamvittigheden stemmer i sager, der drejer sig om NA som helhed, såvel som sager, der angår hjemmegruppens velbefindende. Hjemmegruppen deltager også i at bringe budskabet om bedring på områdeniveau (OSK). I fællesskabet interesse, i fællesskab om formålet og til hele NA's fordel er det vigtigt, at vi alle tager vores del af ansvaret.

At starte en gruppe

Det vigtigste, når man vil starte en ny gruppe*, er at sikre et ordentligt mødested. Et sted, hvor bedring kan gro, og hvor mødet kan vokse. Det er vigtigt at finde et sted, hvor seks tradition – ”En NA-gruppe bør aldrig anbefale, finansiere eller låne NA-navnet ud til nogen som helst beslægtet facilitet eller udenforstående foretagende, for at problemer med penge, ejendom eller prestige ikke skal aflede os fra vores hovedformål” – kan praktiseres. Dette princip om ikke-beslægtet tillader gruppen at udvikle sin egen autonomi. Efter at have skaffet et sted og fastlagt dag og tid på ugen skal der sørges for, at mødet åbnes og lukkes samt andre nødvendige forberedelser. Tradition syv siger: ”Enhver NA-gruppe bør være fuldstændig selvforsynende og afslå bidrag udefra”. For at overholde denne tradition skal der arrangeres betaling af leje for lokalet; NA-grupper bør altid være selvforsynende. Opgaverne i gruppen (åbne og lukke mødet, lave kaffe, skaffe litteratur, rydde op osv.) deles bedst mellem to eller flere addicts. Nogle grupper

* Læs mere om at starte en NA-gruppe i

The Group Booklet (Den lille bog om gruppen).

har mistet deres mødelokale, fordi de ikke sørgede ordentligt for lokalet. Men hvis vi altid forsøger at efterlade lokalet bedre end det, vi overtog det, beskytter vi atmosfæren af bedring på mødet samt Narcotics Anonymous rygte.

Hvis mødet er langsomt om at starte op, så vær blot tålmodig. Erfaringen viser, at det vil vokse. Støtte kan fås ved at henvende sig til nærmeste OSK (områdeservicekomite) eller RSK (regional servicekomite), annoncere det nye møde på andre møder eller at uddele flyers etc. om det nye møde.

Når der så er nok deltagere, som ønsker at støtte mødet, afholdes et gruppesamvittigheds møde. På dette første møde bliver sager som gruppens navn og struktur afgjort samt valg af betroede tjenere etc. Det kan se ud som om, gruppen bliver meget forretningsagtig på dette stadie, men vi lægger her grunden til at bringe budskabet om vores primære formål ud. Det er vores ansvar som gruppemedlemmer at tage vare på NA samt en investering i vores bedring. Det er i sandhed vores privilegium at være medlem af en hjemmegruppe.

Betroede tjenere

Vores anden tradition siger: ”Angående vores gruppes formål er der kun en ultimativ autoritet – en kærlig Gud, som Han måtte udtrykke sig i vores gruppesamvittighed. Vore ledere er blot betroede tjenere. De bestemmer ikke.” Vores betroede tjenere er derfor ryggraden i gruppen, og deres regelmæssige deltagelse i alle møder er uhyre vigtig. En af faldgrupperne, som har givet mange NA-grupper problemer eller sågar ødelagt dem, har været at vælge betroede tjenere, som ikke var kvalificeret til at tjene, eller

som ikke havde en bedringshistorie i fællesskabet. Nogle gange kan et NA-valg ligne en popularitetskonkurrence frem for et valg af en betroet tjener. Tjenere i gruppen skal vælges med stor omhu på grund af det ansvar, deres tjeneste indebærer, og den potentielle skade dårlige tjenere kan gøre mod gruppen. At opfylde forpligtelsen til at tjene er vigtig. Følgende punkter indeholder en kort beskrivelse af gruppens betroede tjenere. Læs mere i den godkendte NA-servicemanual.

Som en generel vejledning har vi opdaget, at betroede tjenere får mest succes, hvis de har visse egenskaber, som vil hjælpe dem i deres ansvar. Nogle af disse kvalifikationer er:

1. Villighed og ønsket om at tjene
2. En bedringshistorie i NA (vi forslår som minimum et års cleantime)
3. Aktivt kendskab til og forståelse for de tolv trin og tolv traditioner i NA
4. Aktiv deltagelse i gruppen

Sekretærposten

Sekretæren er ansvarlig for følgende:

- ★ At åbne og lukke mødet regelmæssigt – uanset hvad
- ★ Vælge en mødeleder, som vil sprede NA-budskabet om bedring
- ★ Sikre, at kaffen bliver lavet
- ★ Opdatere og nedskrive mødets informationer
- ★ Sørge for gruppesamvittigheds mødet
- ★ Indkøbe varer og litteratur

Sekretæren bærer et stort ansvar, og derfor bør denne funktion ikke tages let. Medlemmer af hjemmegruppen skal altid være villige til at hjælpe, når som helst sekretæren beder om det.

Kasserer

Kassereren er ansvarlig for følgende:

- ★ Betale gruppens regninger
- ★ Føre regnskab over gruppens penge
- ★ Sprede gruppensamvittighed i spørgsmål om pengestrømmen i NA
- ★ Aflægge regelmæssig rapport til gruppen

Det er ønskeligt, at kassereren har et grundlæggende kendskab til regning samt håndterer sin personlige økonomi ansvarligt. Vi har indset, at et af de største problemer er misbrug af gruppens penge. Tusindvis af kroner, som der var brug for, er forsvundet. Ud over at dette misbrug begrænser, hvad Narcotics Anonymous kan gøre, rammer det også lige ind i femte tradition, som siger: "Hver gruppe har kun ét hovedformål – at bringe budskabet til den addict, der stadig lider." Kasserere, som misbruger deres position, ender ofte med at betale en meget høj pris i deres personlige bedring. Derfor har kassereren selvfølgelig et stort ansvar, hvilket vi skal tænke grundigt over, når vi vælger et medlem til denne post. Læs mere i den NA-godkendte publikation *Treasurer's Handbook* (Kassererens håndbog – endnu ikke oversat).

Gruppenservicerepræsentant (GSR)

GSR er ansvarlig for følgende:

- ★ Deltage regelmæssigt i områdeservicekomite-mødet (OSK)
- ★ Tjene som medlem i OSK's underkomiteer
- ★ Tjene som "postbud" mellem gruppe og OSK
- ★ Dele ansvaret med suppleanten

- ★ Holde gruppen korrekt registreret hos World Service Office (WSO)

Det vigtigste i denne funktion er at tjene som talerør for gruppen. Gruppeservice-repræsentanten er det vitale link mellem gruppen og resten af fællesskabet. GSR er den formelle linje i kommunikationen fra gruppen, og formålet er at repræsentere gruppesamvittigheden i sager, der angår andre grupper eller NA som helhed. Denne tjeneste indebærer, at repræsentanten videreformidler informationer om udviklingen af NA på verdensplan til gruppen og den anden vej og deler enhver aktivitet, sejr eller udfordring, som gruppen måtte have. Det er meget vigtigt, at GSR ikke bryder den direkte kommunikationskæde mellem gruppen og resten NA.

Gruppeservice-repræsentantsuppleant (GSS)

Som suppleant kører man parallelt med samme opgaver som GSR, dog er det et todelt forløb – første del er oplæring, hvorefter du er klar til at blive GSR. Det er utrolig vigtigt, at suppleanten deltager på alle OSK-møder for at lære og for at yde støtte til GSR. GSS fungerer som GSR, hvis denne er fraværende.

Andre måder at tjene på

De hidtil nævnte måder at tjene på er konkrete funktioner og valgte betroede tjenere med faste opgaver, der skal løses. En anden måde at tjene på kan være ved at speake eller være mødeleder. Disse betroede tjenere vælges ofte af gruppesekretæren. I dette verdensomspændende fællesskab er der utallige navne for funktionerne samt utallige måder at afholde møder på. Vores fjerde tra-

dition giver os autonomi, så længe det ikke påvirker andre grupper eller NA som helhed. Denne variation beriger vores fællesskab og giver os større effektivitet. Vores primære formål er altid at bringe budskabet om bedring til den addict, som stadig lider.

Mødeleder

Mødelederen, der mange steder også kaldes "formand", bør have styrke, håb og erfaring at dele ud fra via regelmæssig NAMødedeltagelse. Denne er også ansvarlig for, at der deles ordentligt og ud fra gruppens struktur. Mødelederen bør huske, at det er alles møde, og derfor undlade at kommentere efter hver gang, der har været delt.

Personen, som leder mødet, er ansvarlig for at skabe en atmosfære af bedring. Og selvom det er nødvendigt at dele om problemerne for at skabe genkendelighed, er det ligeså vigtigt at dele om løsningen for at skabe bedring. Det bør altid være i mødelederens tanker, at vi er her med det konkrete formål at forblive clean samt at hjælpe andre med at finde bedring for aktiv addiction.

Speaker

Det NA-medlem, som vælges til at speake, bør være et medlem, som lever og praktiserer NA's bedringsprogram, hvilket er de tolv trin og de tolv traditioner. I områder, hvor der ikke er medlemmer med tilstrækkelig cleantime eller erfaring med de tolv trin og traditioner, er der mulighed for, at den uerfarne gruppe kan misforstå traditionerne og invitere speakere ind, der ikke tilhører NA-fællesskabet. Der er flere måder at undgå denne situation på, f.eks. minder Basis Tekst os om, at medlemmer er villige til at køre lange afstande for at støtte nye grupper.

Speakeren hjælper med at bringe budskabet om bedring til den addict, som stadig lider. Når vi deler på et NA-møde, bør vi gøre os umage for at dele klart og tydeligt om bedring ved at identificeres os selv som addicts i bedring fra sygdommen addiction. Det er ikke nødvendigt at dvæle overdrevet ved vores aktive addiction eller at fortælle krigshistorier, for vi ved alle, hvordan det var at bruge. Vi kom til Narcotics Anonymous for at stoppe med at bruge, og vi er her for at dele vores erfaring styrke og håb om bedring.



Til nye og opstartende grupper i området: Vi har lært, at trinstudiemøder og litteraturstudiemøder er en utrolig vigtig begyndelse på vores medlemmers bedringsrejse. Vi opfordrer jer til at gøre jeres bedste sammen i kærlighed og fællesskab. Og bliv ved med at komme tilbage. Det virker!

**Vores taknemmelighed taler,
når vi drager omsorg for hinanden,
og når vi deler med andre
på NA-måden**

Copyright © 2010 by
Narcotics Anonymous World Services, Inc.
Alle rettigheder forbeholdes

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



Dette er en oversættelse af litteratur, godkendt af
NA Fællesskabet.

Narcotics Anonymous, , , , og The NA Way
er registrerede varemærker, der tilhører

Narcotics Anonymous World Services, Incorporated.

ISBN 978-1-55776-360-5

Danish

11/10

WSO Catalog Item No. DK-3102