



**Narcotics Anonymous®**

---

IP No. 2-HU

**A csoport**

# A csoport

## Meghatározás és cél

Narcotics Anonymous csoport lehet bármely olyan összejövétel, amikor két vagy több felépülő függő rendszeresen találkozik adott időben és adott helyen azzal a céllal, hogy felépüljenek a függőség betegségéből. Minden Narcotics Anonymous csoportot az NA Tizenkét Lépésének és Tizenkét Hagyományának elvei szabályoznak. Minden csoportnak egyetlen elsődleges célja van – elvinni az üzenetet a még szenvedő függőnek.

Fontos emlékezni elsődleges célunkra, hogy azok a függők is tudjanak együtt érezni és azonosulni a többiekkel, akik életükben először járnak gyűlésen. A csoport egyik feladata, hogy a felépülés légkörét nyújtsa az újonnan érkezőknek – akikben megvan a használat abbahagyásának vágya – és a már meglévő tagoknak egyaránt. Az újonnan érkezővel éreztetni akarjuk, hogy szívesen látjuk. Mindannyian emlékszünk, hogy mennyire félve és bizalmatlanul érkeztünk az NA-ba. Jólesett, amikor először ránk mosolyogtak, és megtudtuk, hogy egy egyszerű szeretetlel ölelés milyen sokat jelenthet, amikor egyedül éreztük magunkat. Hozzánk hasonló embereket kellett találunk, akik ugyanazon mentek keresztül, mint mi, és akik megértik érzéseinket és tapasztalatainkat. Kezdetől fogva úgy találtuk, hogy bármely függő képes tisztán maradni, ha olyan emberek példáját követi, akik maguk is tiszták és élnek az NA programját.

A csoport a leghatékonyabb eszköz arra, hogy elvigyük a remény üzenetét és az aktív függőségtől való szabadság ígérését. Bármely függő abba tudja hagyni a használatot, megszabadulhat annak vágyától, és találhat egy új, jobb életmódot. A gyűléseken halljuk a

többi függő tapasztalatát, erejét és reményét megosztani, azért, hogy ők maguk tiszták maradjanak és segítsenek másoknak is tisztának maradni. Azt tapasztaljuk, hogy a terápiás értéke annak, ha egyik függő segít a másiknak, páratlan.

Észrevesszük, hogy ha rendszeresen járunk a gyűlésekre, akkor a bennünket kísértő érzések lassanként eltűnnek. Ezeket felváltják a hála érzései a remény, az öröm, és az új életmód iránt, amire a Narcotics Anonymous keresztül találtunk. Ami pedig a legfontosabb, hogy azok, akik rendszeresen eljárnak a gyűléseinkre, tiszták maradnak.

## Honi csoport

A honi csoport kiválasztása és támogatása a felépülés fontos része. A honi csoport egy olyan gyűlés, ahol kellemesen érzed magad és ahová rendszeresen fogsz járni. A „honi” szó arra utal, hogy a csoportunk egy olyan hely, ahová be tudunk illeszkedni és ahol otthon érezzük magunkat. Ha van honi csoportunk, van egy biztos támpont, ahová hétről-hétre visszatérhetünk, ahol megismerkedünk másokkal és ők is igazán megismerhetnek minket. A közös fejlődésünk során kialakítunk egy köteléket egymással.

Elköteleződünk a honi csoportunk felé, és ha valamilyen okból távol vagyunk, hiányozni fogunk. Emellett a honi csoportunk az a hely, ahol megünnepelünk minden új tisztán eltöltött évet. Sokan életünkben először igaz barátokra találunk és megtanuljuk tisztelni egymást. Ez nagyon fontos pontja lehet a felépülésünknek.

Ahogy a tagok érettebbé válnak, úgy érik a csoport is. Megtanuljuk minden tevékenységünkben gyakorolni a Narcotics Anonymous lelki elveit. Ugyancsak elsajátítjuk azt, hogy miként lehet szétválasztani és megosztani a felelőségeket a csoport fejlődésének és jólétének érdekében.

A csoporttagoknak igyekezniük kell szem előtt tartani a problémákat és nehézségeket, amelyekkel találkoznak, és megőrizniük a hajlandóságot, hogy megoldást találjanak rájuk. A honi csoport az a hely, ahol a csoport lelkiismeretének tagjaként szavazol mind az NA egészét, mind a csoportod jólétét érintő ügyekben. A honi csoportok területi szinten is részt vesznek a felépülés üzenetének továbbításában. Az egység szellemében az egységes célért és az NA egészének javára, fontos, hogy mindannyian kivegyük a részünket a feladatokból.

## Csoport alapítása

Amikor elindítunk egy csoportot<sup>1</sup>, az első dolog a rendszeres gyűlés helyszínének biztosítása. Próbáljunk meg olyan helyiséget találni, amely elősegíti a felépülés légkörét, és ahol van elég hely a gyűlés növekedéséhez. Fontos, hogy olyan helyszínt találjunk, ahol a csoport gyakorolhatja a Hatodik Hagymányt. „Egy NA csoport sose támogasson vagy pénzeljen semmilyen vele kapcsolatban álló intézményt vagy külső vállalkozást, és ne engedje át az NA nevet ezeknek használatra, mert pénz, tulajdon és tekintély problémák eltérítenek minket elsődleges célunktól.” A hovatartozás hiányának elve teszi lehetővé egy csoport számára, hogy kialakítsa a saját önállóságát. Miután biztosítottuk a helyszínt, határozzuk meg a hét egy napját és az időpontot, szervezzük meg a gyűlés termének nyitását és zárását, valamint tegyünk meg minden más szükséges előkészületet. A Hetedik Hagymány úgy szól, hogy „Minden NA csoport legyen teljesen önellátó, utasítsa vissza a külső hozzájárulásokat.” A Hetedik Hagymánnyal összhangban találjuk ki, hogyan fogjuk fedezni a terembért; az NA csoportoknak mindig önellátónak kell len-

<sup>1</sup> NA csoport indításáról további információ található a *Füzet az NA csoportokhoz*

niük. A csoport szolgálatok (kulcsos, kávé, irodalmas, takarító, stb.) legjobb, ha két vagy több függő között oszlanak meg. Voltak olyan csoportok, amelyek elvesztették a termüket, mert nem viselték rendesen gondját a létesítménynek. Viszont ha megpróbáljuk jobb állapotban hagyni magunk után, mint ahogy megkaptuk, úgy ezzel a felépülés légkörét és a Narcotics Anonymous hírnevét is megóvjuk.

Ha a gyűlés lassan indul be, legyünk türelmesek. A tapasztalat azt mutatja, hogy idővel megindul a növekedés. Támogatást kérhetünk úgy, hogy felvesszük a kapcsolatot a legközelebbi területi bizottsággal, hirdetésekkel helyezünk ki más gyűléseken, és szórólapokat terjesztünk.

Ha már elegendő a részvétel és a támogatás, akkor lelkiismereti gyűlést tartunk. Ezen az első gyűlésen a csoport ügyei formális kereteket öltenek (név, formátum, stb.) és a megbízott szolgáltatók megválasztásra kerülnek. Bár ezen a ponton a csoport inkább üzletszerűnek látszik, emlékeznünk kell arra, hogy ez által fektetjük le az elsődleges célunk megvalósításának alapjait. Csoporttagokként a mi felelőségünk törődni az NA-val és a felépülésünkbe investálni. Igazi kiváltság számunkra, hogy résztvevői lehetünk a honi csoportunknak.

## Megbízott szolgáltató

A Második Hagyományunk úgy szól, hogy „Csoportunk céljéért egyetlen végső tekintély létezik – egy szerető Isten, aki csoportunk lelkiismeretében fejezi ki magát. Vezetőink csak megbízott szolgáltatók; nem uralkodók.” Így megbízott szolgáltatóink alkotják csoportunk gerincét, és rendszeres részvételük a csoport összes gyűlésén rendkívül fontos. Az egyik buktató, ami sok NA csoport szenvedését, vagy akár teljes összeomlását okozta, hogy olyan szolgáltatókat választ-

tottak meg, akik nem voltak alkalmasak a feladatra, vagy nem volt elég tapasztalatuk a felépülésben a közösségünkben. NA szavazások gyakran inkább népszerűségi versenynek tűnnek, semmint megbízott szolgáltatók kiválasztásának. Nagy gonddal kell kiválasztani a csoport tisztségviselőit, egyrészt a pozíciójukkal járó felelőség miatt, másrészt azért, mert egy alkalmatlan szolgáltató rossz hatással lehet az egész csoportra. Fontos, hogy teljesítsük a szolgálati kötelezettségeinket. Az alábbi bekezdések rövid leírást tartalmaznak a csoport megbízott szolgáltatóiról. Részletesebb leírást a jóváhagyott NA szolgálati kézikönyv tartalmaz.

Általános útmutatásként azt állapítottuk meg, hogy a megbízott szolgáltatók akkor a legsikeresebbek, ha megvannak bennük bizonyos tulajdonságok a feladataik teljesítéséhez. Ezek a képességek többek között:

1. Hajlandóság és vágy a szolgálatra
2. Az NA-ban szerzett felépülési tapasztalat (javaslatunk szerint legalább egy év tiszta idő).
3. NA Tizenkét Lépés és Tizenkét Hagyomány elméleti és gyakorlati ismerete
4. Tevőleges részvétel a csoportban

## Titkár

A titkár az alábbiakért felelős:

- ★ A gyűlés helyszín rendszeres nyitása és zárása – történjék bármi
- ★ Kiválasztani egy vezetőt, aki továbbítja a felépülés üzenetét az NA-ban
- ★ Gondoskodik a kávéról
- ★ Vezeti a lelkiismereti gyűlést és a jegyzőkönyvet
- ★ Előkészületeket tesz a lelkiismereti gyűlésekhez
- ★ Beszerzi a szükséges eszközöket és az irodalmat

A titkár felelőssége nagy, ezért ezt a tisztséget nem szabad könnyedén venni. A honi csoport tagjainak mindig hajlandóknak kell lenniük arra, hogy segítsék a titkárt, amikor a közreműködésüket kéri.

## Pénztáros

A Pénztáros az alábbiakért felelős:

- ★ Kifizeti a csoport számláit
- ★ Feljegyzéseket vezet a pénzügyekről
- ★ Végrehajtja a lelkiismereti gyűlés pénzforgalomra vonatkozó döntéseit
- ★ Rendszeres beszámolókat készít a csoport számára

Hasznos, ha a pénztáros rendelkezik alapvető matematikai készségekkel és saját pénzügyeit megfelelően kezeli. Az egyik legnagyobb probléma, amellyel eddig szembesültünk, az a csoport pénzének hűtlen kezelése. Előfordult már, hogy jelentős összegek tűntek el a kasszából. A hűtlen kezelés nem csak a Narcotics Anonymous szolgálati lehetőségeit korlátozza, hanem gyökeresen ellentétben áll az Ötödik Hagyománnyal, amely szerint: „Minden csoportnak egyetlen elsődleges célja van, elvinni az üzenetet a még szenvedő függőnek.” A pozíciójukkal visszaélő pénztárosok tapasztalata általában az, hogy a visszaélések ára túl nagy a felépülés szempontjától. Érthető, miszerint a pénztáros felelőssége nagy, és alaposan át kell gondolnunk, hogy melyik tagot választjuk meg ennek a feladatnak az ellátására. További információt a csoport pénztáros szolgálatával kapcsolatban az NA Konferencia által jóváhagyott *Treasurer's Handbook*-ban<sup>2</sup> találhatunk.

<sup>2</sup> Még nem jelent meg magyarul.

## Csoportküldött

A csoportküldött az alábbiakért felelős:

- ★ Rendszeresen részt vesz a területi küldöttgyűléseken
- ★ Szolgálatot vállal a területi küldött gyűlésen
- ★ Összekötőként szolgál a csoport és a terület között
- ★ Megosztja a feladatait a csoportküldött helyettessel
- ★ Gondoskodik a csoport mindenkori pontos bejegyzéséről a Világszolgálati Irodánál

Ennél a pozíciónál a legfontosabb a csoport szóvivői feladatkör. A csoportküldött biztosítja az létfontosságú kapcsolatot a csoport és a közösség többi része között. Lehetővé teszi a hivatalos kapcsolattartást, és célja a csoport lelkiismeretének képviselője olyan ügyekben, amelyek más csoportokat, vagy az NA egészét érintik. Ez a feladat megköveteli a küldöttől, hogy információkkal lássa el a csoportot az NA Világközösségben végbe menő változásokról, és beszámoljon a területi gyűléseken a csoport tevékenységeiről, sikereiről, és problémáiról. Fontos, hogy a csoportküldött ne szakítsa meg az NA kommunikációs láncolatát.

## Csoportküldött-helyettes

A csoportküldött-helyettes megbízatása párhuzamosan fut a csoportküldöttel. Anyonyiban eltér azonban, hogy ez a megbízatás két évre szól, amiből az első év a betanulás időszaka, a második év pedig a csoportszolgálat maga. Nagyon fontos, hogy a helyettes minden területi küldöttgyűlésen részt vegyen, ugyanis így tud tanulni, és így tudja támogatni a csoportküldöttet. A küldött-helyettes továbbá eljár csoportküldöttként annak távollétében.

## Egyéb szolgálatok

A fent említett pozíciókat megbízott szolgáltatók töltik be meghatározott szolgálati leírások alapján. Szolgálatot teljesíthetünk továbbá speaker vagy gyűlésvezető minőségben. Ezeket a megbízott szolgáltatókat általában a csoporttitkár választja. Szerke a világban számtalan különböző szöveget és formátumot használ a közösségünk a gyűlések lebonyolítására. A Negyedik Hagyományunk biztosítja a csoport önállóságát mindaddig, amíg ezek az ügyek nem érintik a többi csoportot vagy az NA egészét. Ez a változottság gazdagítja közösségünket és növeli hatékonyságunkat. Elsődleges célunk elvinni az üzenetet a még szenvedő függőknek.

## Gyűlésvezető

A gyűlésvezetőnek tapasztalattal, erővel, és reménnyel kell bírnia, amelyeket a Narcotics Anonymous gyűléseken való rendszeres részvétellel tud megosztani. Ez a személy felel azért, hogy a megbeszélés gördülékenyen és a csoport formátumának megfelelően történjen. A gyűlésvezetőnek emlékeznie kell arra, hogy ez mindenkinek a gyűlése, és nem tehet megjegyzéseket minden egyes hozzászóló után.

A gyűlést vezető személy felelőssége, hogy megteremtse a felépülés légkörét. Habár a problémáink megosztása szükséges ahhoz, hogy azonosulni tudjunk egymással, a megoldások megosztása szintén szükséges a felépülés érdekében. A gyűlésvezetőnek mindig szem előtt kell tartania azt, hogy meghatározott célból vagyunk jelen, annak érdekében, hogy tiszták maradjunk és segítsünk más függőknek is felépülésre találni az aktív függőségéből.

## Speaker

Speaker az az NA tag, akit egy gyűlésen arra kérnek fel, hogy előadjon, és olyan személynek kell lennie, aki dolgozik az NA felépülési programján és a Tizenkét Lépés és Tizenkét Hagyomány alapján él. Azokon a területeken, ahol a tagok kevesebb tisztasági idővel rendelkeznek, vagy nincs kellő tapasztalatuk a Tizenkét Lépésben és a Tizenkét Hagyományban, előfordulhat, hogy az NA közösségén kívülről hív meg speakereket. Az ilyen helyzetet többféle módon is elkerülhetjük. A Basic Text például megemlíti, hogy az NA más területeken élő tagjai hajlandóak lehetnek akár nagy távolságokat megtenni azért, hogy az új csoportokat támogassák. A speaker segít megvalósítani a csoport elsődleges célját, hogy elvigye a felépülés üzenetét a még szenvedő függőkhöz. Amikor egy NA gyűlésen beszélünk, ügyelnünk kell arra, hogy a felépülés üzenetét tisztán adjuk tovább azáltal, hogy a függőség betegségéből felépülő függőként azonosítjuk magunkat. Szükségtelen nagy hangsúlyt fektetnünk az aktív függőségünkre vagy „háborús történeteket” megosztanunk, hiszen mindannyian tudjuk, milyen volt használni. Azért jöttünk a Narcotics Anonymousba, hogy abbahagyjuk a használatot, és azért vagyunk itt, hogy megosszuk a felépülésünk tapasztalatát, erejét és reményét.



Az újonnan alakult területi csoportjainkhoz: az a tapasztalatunk, hogy a lépés- és irodalomgyűlések nagyon fontos kezdő lépések a tagok fejlődéséhez. Arra buzdítunk titeket, hogy a közösség és a szeretet erejével törekedjete mindig a legjobbra, és gyertek vissza: Működik!

**A hálánk beszél  
amikor gondoskodunk  
és amikor megosztjuk  
másokkal az NA útját**

Copyright © 2020 by  
Narcotics Anonymous World Services, Inc.  
Minden jog fenntartva

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)



Ez az NA Közössége által jóváhagyott irodalomfordítás.

Narcotics Anonymous,    és The NA Way  
a Narcotics Anonymous World Services, Incorporated  
bejegyzett védjegyei.

ISBN 9781633803114      Hungarian      10/20  
WSO Catalog Item No. HU3102