

SELAMAT DATANG DI NARKOTIK ANONIMUS

Selamat datang ke pertemuan NA pertama anda. NA menawarkan jalan pada anda untuk dapat hidup bebas dari drugs. Jika anda tidak yakin apakah anda adalah seorang pecandu atau bukan, tidak perlu khawatir; datanglah terus ke pertemuan kita. Akan ada cukup waktu bagi anda untuk menentukan hal ini.

Jika anda seperti banyak di antara kita ketika menghadiri pertemuan NA untuk pertama kalinya, anda mungkin akan merasa sedikit canggung dan berpikir bahwa perhatian semua orang di pertemuan itu tersorot pada anda. Jika memang demikian, anda bukanlah satu-satunya yang merasa seperti itu. Banyak di antara kita pernah merasakan hal yang serupa. Sering terdengar ucapan, “kalau anda merasa tegang sampai perut terpillin, kemungkinan besar anda berada di tempat yang tepat.” Kita sering mengatakan bahwa tidak ada satu orangpun yang masuk melalui pintu NA secara tidak sengaja. Orang-orang yang tidak kecanduan tidak pernah membuang waktu untuk bertanya-tanya apakah mereka itu pecandu atau bukan. Mereka bahkan tidak pernah memikirkan hal itu. Kalau anda mendapati diri anda bertanya-tanya apakah anda seorang pecandu atau bukan, kemungkinan jawabannya adalah ya. Luangkanlah sedikit waktu untuk mendengarkan kita berbagi mengenai seperti apa pengalaman ini bagi kita. Mungkin anda akan dapat mendengar sesuatu yang terasa mirip dengan pengalaman anda. Bukanlah merupakan sebuah masalah apakah jenis drugs yang mereka gunakan sama dengan yang anda gunakan. Jenis drugs yang anda telah gunakan tidak penting; anda akan disambut dengan tangan terbuka ketika anda memutuskan untuk berhenti menggunakannya. Sebagian besar pecandu mengalami perasaan-perasaan yang tidak jauh berbeda satu dengan yang lainnya, dan kita menolong satu sama

lain dengan berkonsentrasi pada persamaan-persamaan itu, bukan pada perbedaan di antara kita.

Anda mungkin merasa tidak mempunyai harapan dan ketakutan. Anda mungkin berpikir bahwa program ini, seperti juga berbagai macam usaha yang telah anda coba, tidak akan berhasil. Atau mungkin anda menganggap bahwa program ini akan bekerja untuk orang lain tetapi tidak untuk anda karena anda berbeda dengan yang lain. Sebagian besar dari kita merasa seperti itu pada saat kita datang ke NA untuk pertama kalinya. Kita memang tahu bahwa kita tidak bisa terus menggunakan drugs, tetapi kita tidak tahu bagaimana caranya berhenti atau bertahan bersih. Kita semua merasa takut untuk melepaskan sesuatu yang sudah menjadi begitu penting bagi kita. Betapa leganya ketika kita mengetahui bahwa satu-satunya persyaratan untuk menjadi anggota NA adalah *hasrat* untuk berhenti menggunakan.

Awalnya, sebagian besar dari kita susah untuk percaya dan takut untuk mencoba cara yang baru ini. Yang kita tahu hanyalah bahwa cara lama sama sekali tidak berhasil. Bahkan setelah menjadi bersih, kehidupan kita tidak langsung berubah. Seringkali, kegiatan kita sehari-hari sekalipun, seperti mengemudikan kendaraan atau berbicara di telepon, menjadi menakutkan dan asing, seolah-olah kita telah berubah menjadi seseorang yang tidak kita kenali lagi. Pada saat inilah ikatan persaudaraan dan dukungan dari pecandu lain yang sudah bersih sangat berguna, membuat kita belajar mengandalkan bantuan orang lain untuk mendapatkan kembali kepercayaan diri yang sangat kita perlukan itu.

Pemikiran-pemikiran seperti: “Iya, tapi...”, atau “Bagaimana kalau...?” mungkin akan timbul. Jadi, pada saat keraguan muncul, anda bisa menggunakan beberapa usulan yang mudah di bawah ini sebagai langkah awal: Hadiri sebanyak mungkin pertemuan NA dan kumpulkan nomor telepon dari orang-orang NA untuk menghubungi mereka, terutama

pada saat dorongan untuk menggunakan drugs sedang melanda dengan kuat. Godaan ini bisa muncul kapan saja dan bukan hanya pada hari-hari atau jam di mana pertemuan diadakan. Kita bisa bersih hari ini karena kita meminta pertolongan. Apa yang telah bisa menolong kita akan menolong anda juga. Jadi janganlah ragu untuk menghubungi seorang pecandu lain dalam pemulihan.

Satu-satunya cara untuk menjaga agar kita tidak kembali kepada adiksi aktif adalah dengan tidak menggunakan drugs yang pertama itu. Perilaku yang paling alami pada diri seorang pecandu adalah menggunakan drugs. Bagi sebagian besar dari kita untuk berhenti dari penggunaan zat-zat yang mempengaruhi emosi dan merubah pikiran, diperlukan perubahan yang cukup drastis dari segi fisik, mental, emosi, dan rohani. Dua Belas Langkah dari NA menawarkan sebuah jalan untuk berubah. Seperti seseorang pernah mengatakan: “Anda mungkin bisa bersih dari drugs dengan hanya datang ke pertemuan. Tetapi untuk mempertahankan kebersihan itu dan menjalani pemulihan, anda perlu mempraktekkan Dua Belas Langkah.” Ini lebih dari yang kita mampu kerjakan sendiri. Dalam persaudaraan NA, kita mendukung satu sama lain dalam usaha kita untuk mempelajari dan menerapkan suatu cara baru untuk hidup yang akan menjaga kesehatan jasmani dan kebebasan kita dari drugs.

Pada pertemuan pertama anda, anda akan bertemu dengan orang-orang dengan waktu bersih yang berbeda-beda. Anda mungkin bertanya-tanya bagaimana mereka dapat bertahan bersih begitu lama. Jika anda tetap datang ke pertemuan NA dan bertahan bersih, anda akan memahami bagaimana program ini bekerja. Kepedulian dan saling menghargai terwujud di antara para pecandu yang sudah bersih karena kita semua telah harus berjuang untuk menghapus penderitaan karena adiksi. Kita mencintai dan mendukung satu sama lain dalam pemulihan.

Program NA terdiri dari prinsip-prinsip spiritual yang telah terbukti menolong kita untuk bertahan bersih. Tidak ada kewajiban dalam bentuk apapun dalam NA, hanya ada usulan-usulan yang akan ditawarkan kepada anda. Persaudaraan ini memberikan kesempatan kepada kita untuk memberikan kepada anda apa yang telah kita temukan: cara hidup yang bersih. Kita memahami bahwa kita harus “memberikannya kepada orang lain untuk dapat menyimpannya.”

Jadi, selamat datang! Kita gembira bahwa anda telah sampai di sini, dan semoga anda akan tetap bersama kita. Penting untuk diketahui bahwa anda akan mendengar Tuhan disebut-sebut dalam pertemuan-pertemuan NA. Yang kita maksud dengannya adalah suatu kekuatan di luar diri kita yang membuat hal-hal yang tidak mungkin menjadi mungkin. Kita menemukan kekuatan itu di sini, di NA, di dalam program, di pertemuan-pertemuan, dan di para anggotanya. Inilah prinsip spiritual yang telah bekerja untuk kita sehingga kita dapat hidup bebas dari drugs dari hari ke hari; dan apabila satu hari masih terlalu panjang, dari lima menit ke lima menit yang berikutnya. Kita mencapai apa yang kita tidak bisa lakukan sendirian dengan melakukannya bersama-sama. Kita mengundang anda untuk menggunakan kekuatan dan harapan kita sampai anda dapat menemukannya sendiri. Akan datang suatu masa di mana anda juga ingin membagikan kepada orang lain apa yang telah diberikan kepada anda dengan cuma-cuma.

**TETAPLAH DATANG KEMBALI –
PROGRAM INI BEKERJA!**

**Nomor telepon untuk pelayanan
pertolongan NA di daerah
anda adalah:**

Copyright © 2008 by
Narcotics Anonymous World Services, Inc.
Semua Hak Dilindungi

World Service Office
PO Box 9999
Van Nuys, CA 91409 USA
Tel. (818) 773-9999
Fax (818) 700-0700
Website: www.na.org

World Service Office—EUROPE
48 Rue de l'Été
B-1050 Brussels, Belgium
Tel. +32/2/646-6012
Fax +32/2/649-9239

World Service Office—CANADA
150 Britannia Rd. E. Unit 21
Mississauga, Ontario, L4Z 2A4, Canada
Tel. (905) 507-0100
Fax (905) 507-0101



Ini adalah terjemahan literatur yang telah disetujui
oleh Persaudaraan NA.

Narcotics Anonymous, , , , dan The NA Way

Merek Terdaftar

Narcotics Anonymous World Services, Incorporated.

ISBN 978-1-55776-696-0

Indonesian

2/08

WSO Catalog Item No. ID-3122



Narcotics Anonymous®
Narkotik Anonimus

IP No. 22-ID

Selamat Datang Di Narkotik Anonimus

Pamflet ini ditulis untuk menjawab pertanyaan-pertanyaan anda mengenai program Narkotik Anonimus. Pesan kita sangatlah sederhana: kita telah mendapatkan cara untuk hidup tanpa menggunakan drugs, dan dengan senang hati kita akan berbagi pengetahuan ini dengan siapapun yang mempunyai masalah dengan drugs.