

# GRUPY NA A LEKARSTWA



®

MATERIAŁY ZWIĄZANE ZE SŁUŻBĄ,  
NIEPRZEZNACZONE DO ODCZYTYWANIA W TRAKCIE MITYNGÓW



# GRUPY NA A LEKARSTWA

Jak opisano w broszurze *In Times of Illness*\* wybór przyjmowania przepisanych leków jest osobistą decyzją między członkiem NA, jego lub jej sponsorem, lekarzem i Siłą Wyższą. Jest to decyzja, z którą zmagają się wielu członków. Nie jest to kwestia narzucana przez grupy. Broszura nie ma na celu debaty z członkami o osobistej decyzji, czy brać leki czy nie. Ulotka nie próbuje również przekonać członków do różnych opinii na temat stosowania leków. Autor broszury mówi, że grupy często są zdolne lepiej nieść posłanie NA i witać każdego na spotkaniu, gdy członkowie spotykają się wspólnie, aby przedyskutować ten problem. Każda grupa jest niezależna, a broszura ma po prostu zapewnić grupom narzędzie do prowadzenia własnej dyskusji. W tych dyskusjach musimy pamiętać, że niezależnie od naszych osobistych opinii, decyzji i doświadczeń Dwanaście Tradycji przypomina nam, że stosowanie leków jest zewnętrznym problemem dla grup NA i że wszyscy uzależnieni są mile widziani w NA.

Poniżej podajemy przykłady niektórych wyzwań, przed jakimi stoją grupy w związku z lekami na mityngach NA. Informacje tutaj zawarte są przeznaczone dla grup NA, ponieważ rozważają sposób rozwiązania tego problemu. Zastępowanie leków jest omawiane w ramach dyskusji w oddzielnej sekcji, ponieważ filozofia NA dotycząca absolutnej abstynencji odróżnia lek zażywany jako zamiennik narkotyków od lekarstw przepisywanych na receptę w celu leczenia innych schorzeń psychicznych lub fizycznych. Mamy nadzieję, że poniższe przekonania pomogą grupom w ich wysiłkach na rzecz zachowania jedności, witania członków i tworzenia atmosfery zdrowienia.

***Nasze wspólne dobro powinno być najważniejsze,  
zdrowienie każdego z nas zależy bowiem  
od jedności NA.***

Tradycja Pierwsza

---

\* Dotychczas nieopublikowane w języku polskim.

Kiedy grupy NA rozważają temat lekarstw, w tym stosowanie leków przepisywanych na receptę w przypadku przechodzenia operacji, urazu, choroby, oraz leki stosowane w leczeniu zdrowia psychicznego, powinny zacząć od uznania złożoności sytuacji. Ci, którzy przyjmują leki, czują się osądzeni i traktowani, tak jakby nie należeli do NA, podczas gdy inni uważają, że decyzja członka, aby dzielić się, gdy bierze leki, kompromituje atmosferę zdrowienia na mityngu. Niektórzy członkowie widzieli przyjaciół, którzy zażyli lekarstwa i wrócili do czynnego uzależnienia, a niektórzy widzieli, jak przyjaciele zażywający leki, ustabilizowali się i pozostali w czystości. Pomimo silnych uczuć, jakie możemy mieć w związku z przyjmowaniem leków, grupy muszą skupić się na tym, w jaki sposób mogą witać członków i nieść posłanie zdrowienia w NA.

Poniżej podano przykłady niektórych wyzwań, związanych z lekami na mityngach NA, przed którymi stoją grupy:

**N**iektórym z nas mówi się, że jeśli przyjmujemy leki, nie jesteśmy czysti i nie powinniśmy uczestniczyć w mityngach. Czy to oznacza, że ci z nas, cierpiący na depresję, powinni po prostu zlekceważyć to, co robią nasi lekarze, nawet jeśli przyjmujemy leki tylko zgodnie z zaleceniami? Czy ja w ogóle należę do tej Wspólnoty?

**C**złonek naszej grupy przyjmuje leki i dzieli się podczas spotkania. Jesteśmy zaniepokojeni, ponieważ obawiamy się, że zakłóci to atmosferę mityngu. Czy grupa powinna poprosić tę osobę, aby powstrzymała się od dzielenia się, dopóki nie przestanie przyjmować leków?

**M**amy członka, który jest uzależniony i jest ewidentnie chory psychicznie. Kiedy jest na lekach, jest całkiem funkcjonalny, ale czasami przestaje brać leki i wtedy wzbudza się piekło. Uważa, że bycie całkowitym abstynentem uczyni go pełnoprawnym członkiem. Co powinniśmy mu powiedzieć, kiedy zapyta, czy jest czysty?

Bez względu na to, jakie są nasze osobiste opinie, spostrzeżenia lub doświadczenia związane z zażywaniem leków, grupa NA musi się koncentrować na tym, w jaki sposób może współpracować, aby nieść posłanie NA na mityngach. Esej Tradycji Pierwszej w: *To działa: Jak i dlaczego* przypomina nam, że „tak jak anonimowość jest fundamentem duchowym naszych Tradycji, tak jedność, wspominana w Tradycji Pierwszej, jest fundamentem praktycznym, na którym możemy budować silne i zdrowe grupy”. Z jednością, jako naszym praktycznym fundamentem, stwierdzamy, że relacje między nami są ważniejsze niż jakiegokolwiek kwestie, które mogą doprowadzić do podzielenia nas. Żaden problem ani nieporozumienie nie są ważniejsze niż nasza potrzeba wzajemnego wsparcia.

## **KSZTAŁTOWANIE JEDNOŚCI**

Pytanie do grup NA, które należy rozważyć, to: jak witać ludzi i nieść posłanie NA, niezależnie od wyzwań. Nasza jedność i główny cel mogą kierować naszymi wysiłkami w witaniu członków i tworzeniu atmosfery zdrowienia. W ten sposób możemy pomóc członkom korzystać z programu NA – aby stosowali zasady zdrowienia w życiu, niezależnie od sytuacji. Poniżej przedstawiono przykłady sposobów – jak grupy mogą dążyć do zjednoczenia i witania z uprzejmością w obliczu różnych wyzwań:

- ◆ Gdy członkowie grupy swobodnie dzielą się swoim zdrowieniem, a zaufani służebni witają z uprzejmością innych członków, grupy zazwyczaj mogą nieść posłanie NA w wielu potencjalnie trudnych sytuacjach.
- ◆ Jeśli ktoś podzieli się wiadomością, która wydaje się wpływać na atmosferę zdrowienia, członkowie grupy mogą delikatnie przywrócić skupienie mityngu po wypowiedzi tej osoby. Nie oznacza to, że członkowie grupy powinni poprawiać lub korygować to, co zostało powiedziane, ale mogą swobodnie dzielić się własnym doświadczeniem, siłą i nadzieją, dając dodatkową perspektywę.

- ◆ Staranny wybór prowadzącego lub sekretarza, który jest w stanie pomóc w utrzymaniu atmosfery zdrowienia podczas mityngu, może również okazać się pomocny. Jeśli to konieczne, prowadzący grupę może pomóc w ponownym ukierunkowaniu spotkania poprzez pięciominutową przerwę lub poproszenie grupy, aby przyłączyła się do modlitwy. Pełna miłości i integracyjnie nastawiona rola lidera lub członka grupy to zazwyczaj najskuteczniejszy sposób na poruszanie się w takich sytuacjach.
- ◆ Grupa może się zastanowić, w jaki sposób praktykować zasady, takie jak tolerancja, miłość i współczucie, w sytuacjach mogących budzić obawy. Rozważenie sposobów odpowiadania na te potencjalnie przerażające sytuacje ze współczuciem i tolerancją, zamiast reagowania, może lepiej pozwolić grupie utrzymać atmosferę zdrowienia i nieść posłanie NA.

## **DYSKUSJE GRUPOWE**

Jednym z najskuteczniejszych sposobów, w jaki grupa może pracować, aby rozwiązać te problemy, jest omawianie głównego celu. Dyskusja skupiająca się na tym, w jaki sposób członkowie grupy witają ludzi w NA, może pomóc w wyjaśnieniu, za co grupa jest odpowiedzialna, a za co nie. Dyskusja grupowa może również pomóc członkom uświadomić sobie, jak traktują tych, którzy przychodzą na mityngi. Jeśli na przykład grupa jest nieprzyjazna wobec nowych członków, przyjmujących leki ze względu na stany chorobowe, grupa ta prawdopodobnie zrazi tych samych ludzi, którym próbuje przedstawić posłanie NA. Dyskusja na temat takich pytań, jak te poniżej, może pomóc członkom grupy rozważyć sposoby utrzymania atmosfery zdrowienia w potencjalnie trudnych sytuacjach:

- ◆ Co robi nasza grupa, aby pomóc nowym członkom czuć się mile widzianymi? Jak nasza grupa może lepiej powitać nowoprzybyłych?
- ◆ Co może zrobić nasza grupa, aby stworzyć i utrzymać silną atmosferę zdrowienia?

- ◆ Co może zrobić nasza grupa, aby wspierać jedność?
- ◆ Co może zrobić nasza grupa, aby wszyscy członkowie (zwłaszcza niektórzy z naszych bardziej wyzywających członków) czuli się akceptowani i cenieni?

## SŁUŻBA A STOSOWANIE LEKÓW

Innym problemem, z którym często borykają się grupy, jest to, czy członek przyjmujący leki kwalifikuje się do służby w grupie lub w strukturze służb. Grupy powinny oceniać, czy dany członek jest w stanie wykonać zadania związane z pozycją służby, a nie, czy członek przyjmuje leki. Jeśli członek wydaje się być bardzo niestabilny, on lub ona może nie nadawać się na stanowisko służebne, niezależnie od tego, czy przyjmuje leki.

## ZAMIENNIK NARKOTYKU

Z definicji zastępowanie narkotyku jest stosowane z innego powodu niż przepisane leki dla zdrowia psychicznego lub fizycznego. To rozróżnienie sprawia, że zamiennik narkotyku jest dla nas w NA osobnym zagadnieniem. Jeśli chodzi o osoby biorące udział w systemie zamiany narkotyku, warto pamiętać, że nasza Tradycja Trzecia jasno stwierdza, że członkostwo w NA zawiązuje się, gdy ktoś ma pragnienie zaprzestania zażywania lub kiedy decyduje się zostać członkiem, a nie, kiedy jest czysty. Niezależnie od problemu zadaniem grupy jest powitanie każdego, kto przyjdzie na mityng.

**Sądy niekiedy nakazują uczestnictwo w mityngach NA osobom będącym w terapii stosowania zamiennika narkotyku. Niektórzy z tych uzależnionych dzielą się doświadczeniem na mityngach. Czy to jest problem zewnętrzny? A co z posłaniem mówiącym o całkowitej abstynencji? Chcemy zrobić to, co należy, ale obawiamy się, że nowoprzybyły otrzyma niewłaściwe posłanie. Mówimy tutaj o życiu i śmierci!**

Niektórzy członkowie NA mają niewielką tolerancję w stosunku do osób będących na terapii stosowania zamiennika narkotyku – z powodu tego, co uważają za sprzeczność między zastąpieniem narkotyku a zasadą całkowitej abstynencji w NA. Niektórzy z nas są przerażeni, gdy osoby, stosujące zamiennik narkotyku, chcą się dzielić lub mówić w imieniu NA. Dla nas wszystkich może być pomocne, aby pamiętać, że wielu uzależnionych, będących na zamienniku narkotyku, ostatecznie zostaje czystymi, pozostają czyści i znajdują sposób na życie, który według nich był nieosiągalny przed przyjściem do NA. Proces ten nie zawsze ma miejsce, gdy uzależniony uczestniczy w swoim pierwszym mityngu – uzyskanie czystości i pozostanie w niej jest często decyzją podejmowaną po wielu mityngach w pewnym czasie.

Ponieważ NA jest programem pełnej abstynencji, grupy czasami ograniczają udział członków, aby zapewnić przejrzystość posłania NA. Musimy jednak zrównoważyć to ograniczone uczestnictwo z ideą, że członkostwo w NA pochodzi z chęci zaprzestania zażywania, a nie abstynencji. Esej Tradycji Trzeciej w *To działa: Jak i dlaczego* przypomina nam: „Pragnienia nie można zmierzyć. Istnieje w sercu każdego członka Wspólnoty. Ponieważ nie możemy wskazać żadnego warunku przynależności, jesteśmy skłonni otworzyć się na każdego uzależnionego, który zechce przyjść na nasz mityng”.

Otwieranie drzwi tym członkom oznacza, że grupy poświęcą czas na omówienie tego problemu i znalezienie sposobów, aby wszyscy poczuli się mile widziani. Każda grupa jest autonomiczna, a sumienie grupy ostatecznie określi poziom uczestnictwa osób będących na zamienniku narkotyku. Niektóre grupy mogą zdecydować, aby zachęcać osoby będące na zamienniku narkotyku, by służyły jako kawiarenkowi lub jako osoby odpowiedzialne za sprzątnięcie, zamiast zajmować pozycje przewodnicze. Te służby mogą zachęcać do pragnienia całkowitej abstynencji poprzez umożliwienie tym członkom poczucia się częścią NA.

Rzeczywistość jest taka, że niektóre grupy zezwalają osobom, będącym na zamienniku narkotyku, na dzielenie się i prowadzenie mityngów, podczas gdy inne – nie. Chociaż



możemy nie popierać tego poziomu uczestnictwa, godzi się po prostu uznać to, co istnieje, i rozważyć sposoby zachęcania każdego członka do uzyskania czystości oraz znalezienia nadziei i zdrowienia, które jest możliwe w NA. Prawdziwym pytaniem, z którym pozostają grupy, jest, jak uhonorować filozofię NA o pełnej abstynencji i nadal mile witać uzależnionych w naszych grupach i mityngach. Najważniejsze jest to, że nie pozwalamy naszym lękom wchodzić w drogę zdolności naszej grupy do niesienia posłania NA: o nadziei i wolności.

***Jedynym warunkiem przynależności  
jest pragnienie zaprzestania zażywania.***

Tradycja Trzecia

Jedną z najtrudniejszych części tej dyskusji dotyczy tego, że grupa NA może poprosić tych, którzy zażywali tego dnia, aby powstrzymali się od wypowiedzania się na mityngu; jednak grupy nie decydują, co oznacza „zażywanie” dla indywidualnego członka. Zażywanie leków to problem, z jakim wielu członków ma silne osobiste odczucia, ale nie ma grupy, która egzekwowałaby, popierała lub przeciwstawiała się osobistym opiniom członków. Każdy członek – ci, którzy przyjmują leki, i ci, którzy uważają, że branie leków jest niestosowne – ma obowiązek niereprezentowania swoich osobistych odczuć i opinii jako poglądu Anonimowych Narkomanów – jako całości.

W NA celowo przyciągamy ludzi chorych, niestabilnych i potrzebujących pomocy. Naszym wyzwaniem jest kontynuacja praktykowania tolerancji, cierpliwości i miłości, aby stworzyć atmosferę, w jakiej ci, którzy chcą zdrowieć, mogą to zrobić. Wielu z nas obserwowało, jak mityngi NA niszczały z powodu zakłóceń, kontrowersji i negatywizmu wokół tego problemu. Jednak gdy te wyzwania zostaną rozwiązane poprzez włączenie duchowych zasad programu, grupy często w rezultacie stają się silniejsze i bardziej ukierunkowane. Zdrowienie jest często wymagającym procesem z wieloma wznoszeniami i upadkami; grupy NA również mają skłonności do doświadczania podobnych problemów. Jednak właśnie te zmagania pozwalają nam wzrastać jako

jednostki i jako grupy. Anonimowi Narkomani są po to, by pomagać uzależnionym znaleźć nowy sposób życia, a dołączenie do NA oznacza stanie się częścią żywej i różnorodnej Wspólnoty. Jak przypomina nam nasza Tradycja Pierwsza, „nasze relacje są ważniejsze niż inne kwestie, które mogłyby nas dzielić”. Mając to na uwadze, nasze grupy mogą najlepiej służyć wszystkim uzależnionym, szukającym zdrowienia w NA.





Tłumaczenie materiałów służb NA,  
zaaprobowanych przez Radę.

*Ulotki służb NA powinny być używane przez członków,  
grupy i komitety raczej jako źródło informacji, niż jako tekst  
do czytania w trakcie mityngów NA.*

© 2020 przez NA World Services, Inc. Wszystkie prawa zastrzeżone.  
19737 Nordhoff Place ❖ Chatsworth, CA 91311 ❖ USA  
t 818.773.9999 ❖ f 818.700.0700 ❖ [www.na.org](http://www.na.org)