

APRIL 2016

AUSGABE DREIUNDDREISSIG ♦ NUMMER ZWEI



- FD: Bangladesch & West Virginia
- Warum ich diene
- Genesung im Dschungel



DAS
INTERNATIONALE JOURNAL
VON
NARCOTICS ANONYMOUS

The NA Way Magazine begrüßt Briefe von allen Lesern. Leserbriefe können sich auf jeden Artikel beziehen, der im *NA Way* erschienen ist. Sie können aber auch ganz einfach zu einem Thema Stellung nehmen, das für die NA-Gemeinschaft von Interesse ist. Die Briefe sollten nicht mehr als 250 Wörter umfassen und wir behalten uns das Recht vor, sie zu redigieren. Alle Briefe müssen eine Unterschrift, eine gültige Adresse und Telefonnummer aufweisen. Der Vorname und der Anfangsbuchstabe des Nachnamens werden in der Unterschriftenzeile abgedruckt, außer Autor bzw. Autorin möchten ihre Anonymität wahren.

NA World Services, Inc.
PO Box 9999
Van Nuys, CA 91409 USA
Telefon: (818) 773-9999
Fax: (818) 700-0700
Website: www.na.org

The NA Way Magazine begrüßt die Mitwirkung seiner Leser. Wir wollen euch einladen, in unserem vierteljährlich erscheinenden internationalen Journal mit der NA-Gemeinschaft zu teilen. Schreibt uns eure Genesungserfahrungen, eure Meinung zu NA-Angelegenheiten und zu den regelmäßig erscheinenden Artikeln. Alle eingereichten Manuskripte gehen in das Eigentum der Narcotics Anonymous World Services, Inc. über. Abonnenten-, Redaktions- und Vertriebservice: PO Box 9999, Van Nuys, CA 91409-9099.

The NA Way Magazine veröffentlicht die Erfahrungen und Meinungen einzelner Mitglieder von Narcotics Anonymous. Die hier veröffentlichten Ansichten sind nicht repräsentativ für die Meinung der Gemeinschaft Narcotics Anonymous als Ganzer. Die Veröffentlichung eines Artikels bedeutet nicht, dass die darin vertretene Meinung von Narcotics Anonymous, *The NA Way Magazine* oder von Narcotics Anonymous World Services, Inc. ausdrücklich gebilligt wird. Ein Gratisabonnement des *The NA Way* kann schriftlich über untenstehende Anschrift oder per Email naway@na.org bestellt werden.

The NA Way Magazine, (ISSN 1046-5421) und Narcotics Anonymous sind eingetragene Markenzeichen von Narcotics Anonymous World Services Inc. *The NA Way Magazine* wird vierteljährlich von Anonymous World Services Inc., 19737 Nordhoff Pace, Chatsworth, CA herausgegeben. Die Gebühren für den vierteljährlichen Versand werden in Chatsworth CA, und an weiteren Versandstellen bezahlt. Adressänderungen bitte an: *The NA Way Magazine*, PO Box 9999, Van Nuys, CA 91409-9099.

Von der Redaktion

Diese Ausgabe des *The NA Way* reicht in viele Ecken der Welt und unseres Genesungsprogramms. Die Mitglieder berichten über die Herausforderungen und Erfolge des cleanen Lebens. Dienstgremien erzählen, was Zusammenarbeit bringt, wenn man die NA-Botschaft weitergibt. Und betraute Diener denken darüber nach, was und die Genesung und der Service bringen. Dieses Jahr findet eine [Weltdienstkonferenz](#) statt, und da bringen wir natürlich auch Informationen und Berichte über dieses Ereignis.

Wir hoffen, es macht euch nichts aus, wenn ihr im Rahmen unserer laufenden Kosteneinsparungen noch einmal an die elektronischen Abonnements erinnert werdet. Wir haben die Bereinigung der Abonnenten-Datenbank verschoben, und wir hoffen, das gibt euch genügend Zeit, sich auf die Umstellung vorzubereiten. Besucht www.naway.org und schaut euch die früheren Ausgaben (bis zurück ins Jahr 1997) an. Fahrt mit der Maus über das Titelblatt der jüngeren Ausgaben. Dann könnt ihr das Titelblatt als „Poster“ herunterladen und ausdrucken. Ihr könnt es aufhängen oder bei einem NA-Geburtsstag als Geschenk mitbringen. Klickt euch durch jede Ausgabe, dann findet ihr Links auf Gebiets- und Regions-Webseiten, verwandte Informationen und Artikel.

Fortsetzung auf Seite 3

IN DIESER AUSGABE

Feature	3	Basic Caption Contest	8
• Genesung im Dschungel		Service Center:	
Teilen	5	Workshops auf der ganzen Welt	9
• Ein stiller Einfluss		Entwicklung der Gemeinschaft	13
• Hindurchgehen		Warum ich diene	15
• Medikation: Eine bewusste Entscheidung		Kalender	18
• Der Sturm		NAWS Produktinfo	19
		Bald erhältlich	20

Zusätzlicher Inhalt der digitalen Ausgabe.

Titelbild: Straßenkunst von einem NA-Mitglied in Tauá, Ilha do Governador, Rio de Janeiro
Foto: Joe T, Oregon, USA

The NA Way Magazine wird auf Englisch, Französisch, Deutsch, Portugiesisch und Spanisch veröffentlicht und ist Eigentum der Mitglieder von Narcotics Anonymous. Sein Bestimmungszweck besteht daher in der Information aller Mitglieder zu Genesungs- und Servicefragen. Ferner bietet es genesungsorientierte Unterhaltung mit aktuellen Themen und Veranstaltungen, die für unsere Mitglieder auf der ganzen Welt relevant sind. In Übereinstimmung mit unserem Auftrag ist das Redaktionsteam bemüht, ein Magazin herauszugeben, das offen ist für Artikel und spezielle Beiträge von Mitgliedern aus der ganzen Welt und für aktuelle Informationen zu Service und Conventions. In erster Linie soll das Journal unsere Botschaft der Genesung würdigen: „Süchtige, alle Süchtigen, können aufhören Drogen zu nehmen, sie können das Verlangen verlieren Drogen zu nehmen und einen neuen Lebensweg finden.“

Von der Redaktion:
Fortsetzung von Seite 2

Es ist es ja schon eine ganze Weile her, seit diese Kolumne ein Dankeschön aus ganzen Herzen enthielt. Genesende Süchtige in der ganzen Welt teilen ihre Genesung, informieren und helfen mit bei der Vernetzung für das *The NA Way*, deshalb sagen wir: Vielen herzlichen Dank dafür, dass ihr eure persönlichen Erfahrungen und eure Erfahrungen mit dem Service geteilt habt, und danke für eure ungebrochene Unterstützung. Schreibt uns weiterhin Karten und Briefe!

De J, Redaktion



Genesung im Dschungel

Ein Schlüsselanhänger...

An einem Sonntag, als wir im Flüchtlingscamp in Calais, Frankreich waren, bauten wir eine Unterkunft für eine iranische Familie. Einer der Iraner, die sich in unserer Nähe versammelten, redete in gebrochenem Englisch mit mir. Er bot mir seinen Joint an, was ich natürlich ablehnte, und wir unterhielten uns weiter. Dabei sagte er, er würde sich umbringen, wenn er es nicht bis England schaffen würde, da er keine andere Wahl hatte. So groß ist die Verzweiflung und Hoffnungslosigkeit im Dschungel von Calais.

Im meinem Bestreben, diesem desolaten Menschen ein bisschen Hoffnung zu geben, sagte ich, er könne nicht wissen, was geschehen würde, dass man niemals wisse, wie sich das Leben ändern kann. „Schau meinen Man an“, sagte ich und zeigte auf meinen Mann, wie er eine Unterkunft baute. „Er war ein Heroinsüchtiger, obdachlos, in Gefängnissen und Krankenhäusern, und jetzt haben wir eine Familie, sind gesund und leben gerne. Der Mann wurde still und fragte mich dann, ob ich von NA gehört hätte! Ich sage, ja, aber er glaubte mir so lange nicht, bis ich ihm meinen NA-Schlüsselanhänger zeigte—und dann begann er zu weinen.

Es stellte sich heraus, dass unter mehr als 6.000 Leuten im Flüchtlingslager ausgerechnet dieser eine Mann, mit dem ich zufällig sprach, im Iran sechseinhalb Jahre clean gewesen war. Er floh aus dem Iran und landete am äußersten Rand der Menschheit, seiner letzte Hoffnung, im Dschungel von Calais; und in seiner Verzweiflung wurde er rückfällig. Und jetzt, in dieser schwärzten Stunde, als er seinen Glauben verloren hatte, erinnerte ihn seine Höhere Macht daran, dass er immer noch dazugehört, dass er immer noch Teil der NA-Gemeinschaft ist.

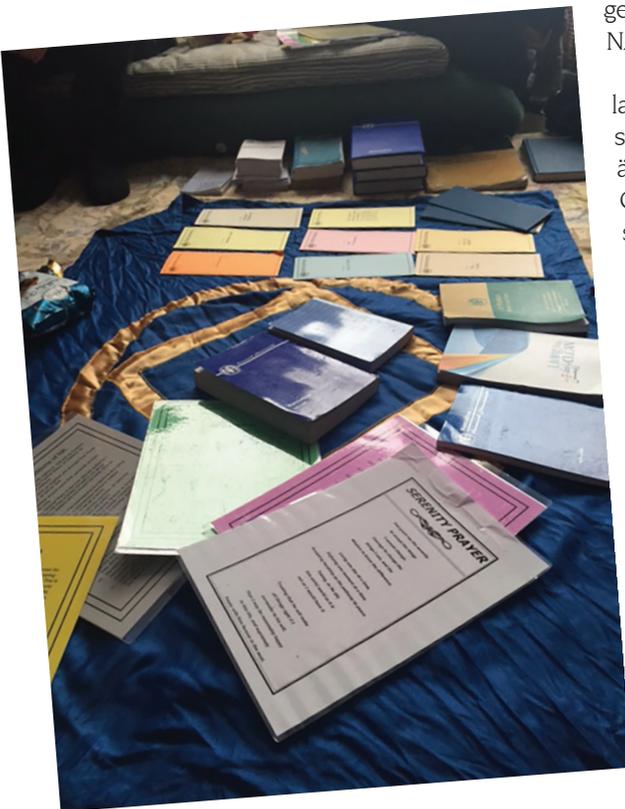
Sechstausend Leute in diesem Flüchtlingslager, und unsere zusammengewürfelte kleine Mannschaft stieß zufällig ausgerechnet auf ihn. Das geht über meine beschränkte Vorstellung hinaus. Wann hat der Satz „nie mehr allein“ mehr zugetroffen?

Seitdem haben wir mit anderen NA-Mitgliedern aus London, Brighton und anderen Orten in England und mit mehreren französischen NA-Mitgliedern zusammengearbeitet. Wir besorgten Literatur auf Farsi und gründeten Meetings dort in der Zeltstadt. Heute findet täglich ein Meeting mit ca. 25 „lokalen“ Mitgliedern statt, wo sich diejenigen, die im Flüchtlingslager leben, regelmäßig treffen.

Amanda A, Lancashire, England

... und zwölf Schritte

Was kann ich zu Amandas Zeugnis noch hinzufügen? Die englischen NA-Mitglieder waren unglaublich hilfsbereit, sie haben die Meetings möglich gemacht und kamen von Anfang an mehrere Male herüber. Unser Outreach-Komitee, das Comité Aide aux



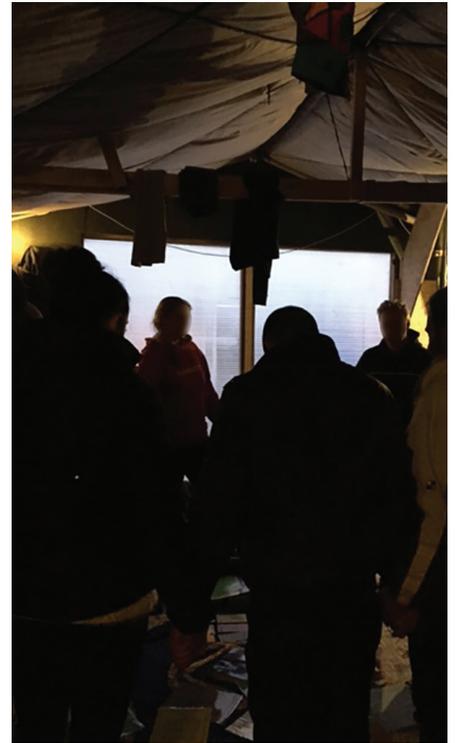
Literatur im Dschungelmeeting von Calais

Groupes (CAG), und einzelne französische Mitglieder haben uns auch unterstützt, und sie reisten fast jeden Samstag an. Die Unterstützung und Koordination von den wenigen farsisprachigen NA-Mitgliedern aus Paris (darunter ein Mann, der einmal im Dschungel von Calais lebte, sind äußerst wertvoll, da keines der iranischen Mitglieder im Dschungel von Calais Französisch oder Englisch spricht.

Unser erstes Meeting fand am Samstag, den 28. November 2015 mit drei „lokalen“ Süchtigen (Lagerbewohner) und ein Dutzend englische und französische Süchtige statt. Einen Monat später gab es 18 Leute in dem Meeting, darunter 15 Leute aus dem Dschungelcamp! Die meisten von ihnen sind Iraner, da das Meeting auf Farsi stattfindet, aber auch weil es etliche tausend Meetings im Iran gibt und so viele Leute das NA-Programm kennen.

Wenn wir hinüberfahren, dann besuchen wir das Meeting und wir versuchen gewöhnlich auch, das Meeting auf die eine oder andere Art zu unterstützen—so zum Beispiel mit etwas Öffentlichkeitsinformation/PR-Service oder wir helfen etwa beim Bau einer Holzunterkunft. Wie wir alle wissen, funktioniert diese Erfahrung auf beiden Seiten: Für sie, die manchmal verzweifelt und gleichzeitig voller Entschlossenheit sind, und für uns, deren Hin- und Rückfahrt im Auto (sieben Stunden) immer mit Lachen und Teilen ausgefüllt ist. Und zusammen erleben wir im Meeting die Kraft des Programms, das Gefühl von Gemeinschaft in NA und einer Höheren Macht, die uns zusammenhält—über die Grenzen der Kulturen und Sprachbarrieren hinaus. Dies ist der Sinn, den wir durch die Zwölf Schritte bekommen.

Arnaud A, Paris, Frankreich



Meetingszelt im Dschungel von Calais



Mehr für mehr Bald gibt es Änderungen bei den Abonnements!

In den Ausgaben vom Oktober 2015 und Januar 2016 berichteten wir von unseren Bemühungen, die Kosten zu senken, indem wir zum E-Abo des NA Way aufrufen. Viele von euch reagierten darauf, und wir danken euch, dass ihr euch für ein E-Abo entschieden habt! Wir sind dankbar für euer ungebrochenes Interesse und eure Unterstützung unseres Genesungsjournals.

Wir haben immer noch einen großen Bestand an „Doppel“-Abonnements. Einige Mitglieder beziehen sowohl eine Papier- als auch eine elektronische Ausgabe. Wir glauben, viele dieser Duplikate sind auf ein Versehen zurückzuführen oder auf die Umstellung auf E-Version, bei der vergessen wurde, die gedruckte Version abzubestellen.

Wir wollen unsere Abonnenten-Datenbank bereinigen und die Doppelabos löschen. Daher stellen wir nach April 2016 die gedruckte Version der Doppelabos ein. (Ursprünglich was dies für Ende Februar geplant, aber wir haben die Frist verlängert, damit wir mehr Zeit für Benachrichtigungen haben.)

Mit der elektronischen Version des NA Way kommt ihr in den Genuss von mehr Inhalt—and euer E-Abo trägt zur Kosteneinsparung bei. Wir werden den Versand von gedruckten Ausgaben nicht vollständig einstellen. Wenn ihr die Papierversion immer noch braucht, dann könnt ihr sie nach der Bereinigung neu abonnieren. Wir werden jeden, der ein Doppelabo hat, per E-Mail anschreiben, bevor wir diese Änderung durchführen. Das bedeutet, dass alle von uns mehr bekommen, indem wir mehr geben!

Hier geht es zu dem Link, mit dem ihr euer Abo ändern könnt: www.na.org/subscribe
(oder benachrichtigt uns per E-Mail naway@na.org und gebt in die Betreffzeile “get more, give more” ein.

Danke für die Unterstützung des *The NA Way Magazine*

Ein stiller Einfluss

Ich habe niemals gedacht, dass mein Immigrantensstatus in einem Land und in einer Kultur, die sich völlig von meiner unterscheiden, meine—meiner Meinung nach—gefestigte Genesung beeinflussen könnte. Der hohe Anpassungsdruck zwang mich zu drastischen Änderungen meines Tagesablaufs. Da ich immer ein besonderes Talent hatte, die wirklichen Beweggründe in absurde Ausreden zu verdrehen, brauchte es nur wenig Zeit, bevor ich Angst hatte, traurig und frustriert war.

Die Herausforderung, mich an meine neuen Lebensumstände anzupassen, erschütterte meine innere Welt dramatisch. Die Arbeit, die ich machte, trug dazu bei, dass ich noch mehr Paranoia entwickelte. Persönliche Beziehungen brachen einfach ab. Meine Zeit und Energie konzentrierten sich ausschließlich auf Geldverdienen und den Erhalt meiner Familie. Nach ein paar Monaten war ich so müde und deprimiert, dass die Atmosphäre der Gemeinschaft in den paar NA-Meetings, die ich besuchte, langweilig wurde und die Botschaften, die ich in den Meetings hörte, schmeckten wie fadestes Brot. Danach verlor ich jeden Bezug dazu, was Genesung bedeutet.

Ich bekam das Gefühl, dass ich nicht in dieses Land gekommen war, um mir etwas für meine Zukunft aufzubauen, sondern um stattdessen alles zurückzahlen, was ich in der Vergangenheit aufgebaut hatte. An diesem Punkt beschloss ich, nach Wegen zu suchen, wie ich den Lohn für mein Opfer bekommen könnte. Ich dachte, außereheliche Beziehungen, die ich ausschließlich zur Entspannung einginge, würden keine große Gefahr darstellen. Ich sah nicht, wie mich die Sucht auf eine ganz perfide Weise wieder steuerte. In Wahrheit steckte ich ganz naiv meinen Kopf in die Guillotine. Neben dem unmittelbaren „Gewinn“, den ich bekam, hatten meine sexuellen Eskapaden bald auch Konsequenzen.

Während ich immer noch Cleanjahre sammelte (die ich nicht feierte, und für die ich auch nicht dankbar war, weil ich das Gefühl dafür verloren hatte, dass ich etwas auf die Beine stellte, und weil ich keine Stammgruppe hatte, in der ich darüber reden konnte), tauchten andere Probleme auf. Zuerst bekam ich Panikattacken und dann hatte ich eine schlimme Platzangst und schließlich bekam ich die schrecklichen Folgen der Angst zu spüren, die man als Depersonalisierung bezeichnet. Ich fühlte mich wie eine leere menschliche Hülle, die auf einem entfernten Planeten wandelt.

Ich war fast 20 Jahre clean und hatte keine Drogen mehr genommen (so etwas kam mir nicht einmal in den Sinn), aber ich wollte sterben, um die persönlichen Qualen zu beenden, die ich mir selbst geschaffen hatte. Die Besessenheit zu sterben quälte mich von dem Augenblick an, in dem ich morgens die Augen aufschlug. Aber meine Sturheit hatte keine Grenzen. Ich versuchte, die Dinge leicht zu nehmen, versuchte, die Dinge nicht so schwer zu nehmen, das ging sogar so weit, dass ich darüber lachte. Aber ich vergaß ein wichtiges Detail: Sucht hat keinen Sinn für Humor. Meine Frau drängte mich, wieder NA-Meetings zu besuchen. Ich war wieder zu einer starrköpfigen Person geworden. Ich war voller Groll und Angst. Ich bestand darauf, dass es nach meinem Willen ging. Ich fühlte mich als Opfer und ich gab jedem die Schuld für mein Unglück. Ich war dem Schmerz aller anderen gegenüber gleichgültig.

Als ich mich selbst nicht mehr ertragen konnte, überlegte ich mir, dass ich vielleicht Hilfe brauchte. Die Verzweiflung war so groß, dass ich bereit war, in englischsprachige Meetings zu gehen, auch wenn ich mich dort niemals wohlfühlt hatte, weil ich nicht alles ausdrücken konnte, was ich zu sagen hatte. Aber ich war dann überrascht, dass ich feststellen musste, dass es zwei spanischsprachige Meetings in der Gegend gab, in der wir lebten. Trotz meiner anfänglichen Erleichterung stellte ich schnell fest, dass es nicht genug war, einfach nur in die Meetings zu gehen.

Wenn ich wirklich aus diesem bodenlosen Loch herauskommen und wieder die frische Luft der Genesung atmen wollte, dann musste ich alles tun, was alle Mitglieder von NA auf der ganzen Welt tun: Einen Sponsor nehmen, die Schritte arbeiten und sich nützlich machen.

So, wie sich die Sucht manifestiert und langsam anwächst und ihr Gift injiziert, so offenbart uns auch Gott seinen mächtigen Einfluss durch das Programm und die Gemeinschaft von NA. Zuerst schien es, als würde sich nichts ändern. Obwohl ich einigen Fortschritt feststellte, verspürte ich immer noch diese Unsicherheit und Angst, dass jederzeit etwas Schreckliches passieren konnte und dass ich dadurch die Leute, Orte und Dinge weiter so sehen müsste, als wären sie etwas Fremdes, weit Entferntes und Unwirkliches.

Und dann, eines Tages plötzlich, bemerkte ich wie groß das Wunder war. Eines Morgens wachte ich auf und stellte fest, dass es schon eine Weile her war, seit ich diese schrecklichen Gedanken an den Tod gehabt hatte. Außerdem fiel mir auf, dass der Knoten in meinem Magen verschwunden war. Ich ging hinaus auf die Straße und die Welt kam mir wieder bekannt vor. Heute kann ich Situationen und Probleme angehen und Konflikte lösen, ohne dass ich Angst habe. Ich kann auf das Leben blicken und Lösungen finden, und dabei den Kopf hoch halten. Ich kann wieder ohne das ständige Angstgefühl mit dem Zug fahren oder an einer Ampel anhalten. Auch glaube ich langsam, dass das Leben in diesem Land einen praktischen Sinn für meine Familie und mich hat, aber das ist etwas, was ich wahrscheinlich erst im Laufe der Zeit besser verstehen werde. Es ist ein wahnsinniges Geschenk.

**Wir hegen
den Gedanken,
dass sich das
Cleanbleiben nicht
auszahlt, und alte
Denkweisen bringen
Selbstmitleid, Groll
und Wut an die
Oberfläche.**

Basic Text, Kapitel Zehn,
„Mehr wird Offenbart“

Die Erfahrung lehrte mich, dass ich keine tragfähige Genesung habe, wenn ich mich nicht jeden Tag um meine spirituelle Verfassung kümmere. Außerdem bekam ich mit unnachgiebiger Härte zu spüren, dass Sucht nicht zu heilen ist, und dass ein Süchtiger allein in schlechter Gesellschaft ist. Es ist unglaublich, dass zu großes Zuversicht jemanden mit vielen Jahren solider Genesung in die alten Verhaltensmuster zurückwirft, die so schädlich sind, auch wenn er keine Drogen nimmt. Genesung ist wirklich in mehrfacher Hinsicht eine Sache auf Leben und Tod.

Aus diesem einfachen und mächtigen Grund schreibe ich heute meine Inventur und arbeite die Schritte mit meinem neuen Sponsor, der in dieser neuen Phase meiner Genesung eine unschätzbare Hilfe ist, und mit dem ich eine fantastische Beziehung habe. Ich leite auch Meetings in diesen zwei

Unseres Programm erfüllt mich mit Freude Dankbarkeit und Hoffnung

spanischsprachigen Gruppen in meinem Gebiet. Und ich bin wieder glücklich, dankbar und stolz ein Mitglied von NA zu sein. Obwohl ich mir bewusst bin, dass in diesem Prozess der Veränderung und des persönlichen Wachstums noch viel Arbeit vor mir liegt, habe ich die Energie wieder aufgetankt, die von der Liebe der Gemeinschaft kommt und die Weisheit unseres Programms erfüllt mich mit Freude Dankbarkeit und Hoffnung. Genau das, was ich brauche, um mit meiner Genesung weiterzukommen.

Fernando M, New York, USA

Hindurchgehen

Es ist ein schöner Herbsttag. Ich gehe durch die Straßen der Stadt, die warmen Sonnenstrahlen kitzeln meine Wangen. Gedanken an sie schießen mir durch den Kopf, wie Stromstöße, ohne Vorwarnung. Sehr passend, denn sie war sehr lebendig. Kinetisch. Ich versuche so

gut ich kann, sie zu verdrängen, wie jedes Mal, wenn sie mir in den Kopf kommt—besonders an einem solchen Tag wie heute, wenn ich mir selbst nicht gut bin. Immer leise zu mir. Nicht laut, denn dann müsste ich mir selbst eingestehen, wie egoistisch und undankbar ich bin.

Ich frage mich, was sie in dieser speziellen Lebenssituation machen würde, in der ich mich derzeit unglücklicherweise befinde. Ich überlegte nicht lange, da ich es wusste. Sie würde alles tun, um in meiner Situation zu sein. Wirklich alles. Sie würde diese Gelegenheit ergreifen und wirklich das Beste daraus machen, denn sie ist besser als die Alternative. Sie ist besser als dort, wo sie jetzt liegt, nämlich im Grab.

Sie und ich, wir waren uns so ähnlich. So vieles in unserem Leben war gleich. Erfolge, Misserfolge, Erfahrungen. Sie hat drei wundervolle Kinder, genau wie ich. Eigentlich ist sie ich und ich bin sie. Außer, dass ich hier bin, mitten im Leben, und sie nicht, und sie wird diese „Chance“, mit der ich beschenkt wurde, auch nie mehr haben. Das macht mir Angst. Mit Schrecken dringt mir ins Bewusstsein, dass ich vielleicht, nur vielleicht, das tun könnte, was sie tun würde und Es. Einfach. Tun.

Und wenn aus keinem anderen Grund und Motiv heraus—und mein Leben ist voll davon: Leute, die mir mehr am Herzen liegen als sie jemals wissen werden—heute tue ich es für sie. Nur für sie. Weil sie es gerne tun würde, wenn sie könnte, und irgendwie ist die Chance, die sie nie mehr haben wird, nun meine Leidenschaft.

Man sagt, dass manche Leute sterben müssen, damit andere von uns leben können. Das ist weniger als der Balsam, der zur Heilung einer Seele in Trauer nötig ist, denke ich. Heute aber könnte es eine passende Lektion im Leben sein, die sie mich lehrt, wenn sie nur könnte. Sie hilft mir im Tod genauso wie im Leben.

Heute werde ich nicht klagen. Nicht einmal mir selbst gegenüber. Es ist ein Luxus, den sie nicht hat, und so erlaube ich ihn mir auch nicht. Nur für heute. Ich bin eine genesende Süchtige aus Winston-Salem, NC. Ich schrieb dies über eine NA-Freundin, die eine Überdosis nahm. Sie legte sich nieder und wachte nie mehr auf.

Wendy M, North Carolina, USA

Medikation: Eine bewusste Entscheidung

Mir wurde klar, dass meine psychiatrische Verfassung kein Charakterfehler ist, und dass es auch kein Rückfall ist, wenn ich die verschriebenen Medikamente einnehme. Mein Psychiater weiß, dass ich ein genesender Süchtiger bin, und er kennt meine Drogengeschichte. Durch mein Netzwerk in NA habe ich nun verstanden, dass es nicht bedeutet, dass ich einen schwachen Charakter habe, wenn ich meine Medikamente nehme. Ich bin nicht nur ein Süchtiger, sondern ich habe auch eine medizinische Krankheit, wegen der ich Medikamente einnehmen muss. Ich habe als NA-Mitglied, das Medikamente einnimmt, Schwierigkeiten in unserem Programm gehabt und sie überwunden,

Als ich zu NA kam, sagte man mir, dass ich ehrlich sein muss, und das war ich. Wenn ich teilte, „legte ich mein Leben auf den Tisch“. Damals hielt ich das für kein großes Problem, also redete ich über meine Genesungssituation, und das waren damals auch meine Medikamente und meine psychiatrischen Probleme. Seitdem mache ich einen Unterschied, was ich mit meinem Sponsor besprechen sollte und was im Meeting gesagt werden sollte. Anfangs sagte keiner etwas Negatives. Tatsächlich wurde ich mit Unterstützung aufgenommen und ich fühlte mich gut gelitten und akzeptiert. Doch nach kurzer Zeit kamen die Mitglieder in den Meetings mit Kommentaren, dass die Einnahme von Medikamenten in der Genesung im Widerspruch zu den



Prinzipien im Programm steht und dass Depressionen und Ängste Charakterfehler sind, und dass man die Wahl hat. Als diese Mitglieder dies aussprachen, begannen einige andere, in dasselbe Horn zu blasen. Das Thema Medikation wurde diskutiert und ein paar bestanden sehr nachdrücklich darauf, dass psychoaktive Medikamente nicht genommen werden sollten. Ich spürte, wie sich die Last eines Stigmas auf mich legte, und ich fing an zu glauben, dass sie recht hatten.

Ich diskutierte mit verschiedenen NA-Mitgliedern darüber, wann und warum ich die Medikamente absetzen sollte. Ich fühlte mich schwach und schuldig, weil ich Medikamente nahm, und bald gab ich ihren scheinbar logischen Behauptungen und Ratschlägen nach. Daher setzte ich meine Medikamente ab. Das hatte schlimme Folgen. Während sich meine Grundstimmung hob, hatte ich psychotische Symptome und Selbstmordgedanken. Nachdem ich wieder medikamentös eingestellt war, suchte ich mir erfahrenere NA-Mitglieder.

Und wieder erfuhr ich die Unterstützung und Liebe, die NA zu bieten hat. Ich glaube nicht, dass dies ein einzigartiges Problem ist; es gibt andere NA-Mitglieder, die Medikamente nehmen müssen und mit denselben Problemen in NA zu kämpfen haben. Dieser Artikel wurde nicht geschrieben, um jemanden zu beschuldigen, sondern um meine Erfahrung mit Psychopharmaka in NA ins rechte Licht zu rücken. Ich hoffe, dass mein Beitrag über meine Erfahrung anderen hilft, die mit demselben Problem zu kämpfen haben, und dass sie wissen, dass sie nicht alleine sind.

Joel M, Illinois, USA

Der Sturm

Ich erinnere mich nicht an die Sonne. Nicht an Schneestürme oder Stromausfälle. Sonnenbrand und Frostbeulen kamen mir nie in den leeren Sinn, wenn ich auf der Suche nach dem nächsten High die Straßen entlang hastete. Tagelang blieb ich hinter geschlossenen Jalousien und Fenstern, und wusste nicht, was draußen war. Ich erinnere mich, dass ich wusste, ich hätte Durst haben sollen. An manchen Tagen war ich so high,

dass ich mich nicht erinnern konnte, ob ich Flüssigkeit zu mir genommen hatte, oder nicht.

Als ich mitten in meiner Sucht steckte, brach ein tobender Sturm aus. Je mehr ich ihn nährte, desto größer wurde er. Mit meinem Ich, das völlig auf das nächste High fixiert war, verirrte ich mich darin.

Als Kind liebte ich es, mich mit meinem Vater hinzusetzen und zu beobachten, wie die Sturmwolken heraufzogen. Wenn die Blitze zu nahe waren, gingen wir immer nach drinnen. Aber bei der Sucht sah ich nicht, wie die Sturmwolken aufzogen. Es gab keine Warnung, an die ich mich erinnern könnte. Eines Tages wachte ich auf und stellte fest, dass ich Drogen haben musste, um zu funktionieren. Drogen verschafften mir eine Fassade, mit der ich mich wohlfühlte und die ich verzweifelt haben wollte. Es gab keine Warnsignale oder Warnschilder, die mir sagten, dass ich eines Tages mit dem Gesicht in der Toilette oder auf dem Boden in Fötusstellung aufwachen, und darauf warten würde, dass der Dealer anrief, sodass ich überhaupt aufstehen konnte.

Genesung ist wie ein Radarsystem. Es signalisiert mir, dass ich die Richtung ändern muss, sodass ich nicht in diesen nur allzu bekannten Sturm zurücksegeln muss. Die Fratze der Sucht wird umso klarer, je länger ich clean bleibe. Ich sehe die Türen, durch die sie kommt, ihre Taktiken und ihre Durchbruchschneisen. Die Zwölf Schritte von Narcotics Anonymous nehmen der Sucht die Macht. Sie bringen den Sturm ins Sonnenlicht, wo er von Sonnenstrahlen berührt wird und zum Erliegen kommt.

Als ich clean wurde, folgte ich meiner Sponsorin und machte genau das, was sie mir sagte. Ich wusste, ich hatte keinen Radar; ich konnte nicht sehen, was kommen würde. Ich wollte nicht nehmen, aber ich hatte keine Ahnung, wie ich clean bleiben konnte. Ich vertraute ihr, dass sie mich in eine sichere Richtung lenkt. An einem solchen Tiefpunkt, in Verzweiflung, schaltete ich auf den Überlebensmodus um. Sie wurde meine Retterin.

Ich änderte meinen Umgang, die Orte und Dinge... langsam. Es war nicht einfach für mich, Freundschaften zu schlie-

ßen. Bevor ich Genesung fand, hatte ich nie welche gehabt, außer meiner Familie. Da ich damals keine Höhere Macht hatte, betrachtete ich meine Sponsorin und die Leute in NA als Schutzschild, das mich vor dem Sturm schützte.

Ich lernte, wenn nichts mehr hilft, dann muss ich einfach nur ins Meeting gehen. Es gibt dort immer jemanden, der etwas sagt, womit ich mich identifizieren kann. In meinem ganzen Leben fühlte ich mich immer wie ein Zuschauer, als ob ich auf der Strafbank sitze und beobachte, wie das Leben an mir vorbeigeht, und wie andere Erfolg haben. Ich fühlte mich anders und nutzlos. In NA geschieht ein

NA brachte die Jahreszeiten in mein Leben zurück

Wunder. Nach den Meetings ging es mir jedes Mal besser. Ich fühle mich dann nicht so alleine. Meine Probleme und Charakterfehler werden tragbar, überschaubar und zu bewältigen, nachdem ich eine Stunde oder so dort gewesen war.

NA brachte die Jahreszeiten in mein Leben zurück. Ich fühle den Sonnenschein und er lässt mich lächeln. Ich spüre den kalten Wind, wenn der Schnee fällt. Ich kann die Jalousien am Fenster öffnen und muss nicht in Paranoia verfallen. Ich kann dankbar für das Leben sein, das ich gelebt habe, für die Fehler, für alles. Genesung ist nicht eitel Sonnenschein, aber heute sind meine Probleme nur Regenschauer und kein endender Hurrikan mehr. Ich weiß, dass das schlechte Wetter, das mich erwischt, enden wird. Solange ich nicht hingehe und wieder nehme, wird es gut enden. Das Schlimmste, was passieren kann, ist, dass ich wieder Drogen nehme.

Ich bin dankbar für die Meetings, die Zwölf Schritte und meine erste Sponsorin, die mich aus dem größten Sturm in meinem Leben herausgeleitet hat. Ohne das hätte mich die Sucht mit Sicherheit schon sechs Fuß unter die Erde gebracht.

April P, Pennsylvania, USA

Gewinner des Basic Caption Contest

Herzlichen Dank an alle, die am Basic Caption Contest teilgenommen haben! Diesmal haben wir einen Rekord bei den Eingängen, und es war sehr schwer, daraus nur ein paar wenige auszuwählen. Der Gewinner ist:

Marvin H aus Ohio, USA.



Dan H, California, USA

Und ein paar andere super Beiträge:

Ich dachte, es sollte Spaß machen...

Ken H, Okinawa, Japan



Glatzkopf: Es ist meine Höhere Macht
Der andere: Mann, das ist eine ganz neue Dimension.

Larissa C, Kalifornien, USA



Die Schritte arbeiten ist nicht einfach, weißt du. Schau mich an—ich habe keine Haare mehr.

Mohammad G, Teheran, Iran



Hör zu Kleiner, lass meine Erfahrung einfach dein Lehrer sein!

Sheila D, New York, USA



Schau... Ich habe eine Tüte voller Dope gegen eine Tüte voller Hoffn ung eingetauscht.

John G, Leicester, Großbritannien



Siehst du diesen weißen Schlüsselanhänger? Komm heute Abend mit und hol dir einen. Er kann dein Leben verändern.

Roger R, Virginia, USA



Der nächste BCC

Das ist deine Chance. Mach mal ganz anders beim *The NA Way Magazine* mit! Schreibe eine Bildlegende für diesen Comic und schick sie ein, dann kommst du automatisch in unseren Basic Caption Contest. Wir wählen den besten Text aus (und vielleicht auch noch ein paar andere), der dann in einer späteren Ausgabe veröffentlicht wird. Dein Preis ist die Freude, deinen Namen im *The NA Way* zu sehen!

Schicke deinen Beitrag mit dem Vermerk „Basic Caption Contest“ in der Betreffzeile und gib in der E-Mail unbedingt deinen Namen an und woher du kommst: naway@na.org.



Ben C, Maryland, USA

Service Center: Workshops auf der ganzen Welt

CAR/CAT Workshops

In den Jahren (WSC-Jahre), in denen eine [Weltdienstkonferenz](#) stattfindet, versammeln sich NA-Mitglieder aus der ganzen Welt, um den Conference Agenda Report (CAR) und die Materialien, die über die Konferenzgenehmigungsschiene genehmigt werden (CAT) zu besprechen. Diese Berichte, CAR und CAT, enthalten die Anträge, Vorschläge und Ideen, die auf der WSC erörtert werden. Die Teilnahme an CAR/CAT-Workshops hilft den Mitgliedern, die vorgelegten Themen zu verstehen und ein Gruppengewissen dazu zu bilden. Diese Diskussionen werden in der Regel von einer Heimatgruppe, einer GSK, einer RSK oder einem Zonalen Forum angeboten.

Dieses Jahr hat ein Regionsdelegierter eine neue Idee eingebracht: CAR- und CAT-Partys, und dieses Jahr war auch ein Rekordjahr, was die Online-Meetings und Webinare angeht. Wir waren in der glücklichen Lage, dass mehrere Dienstgremien Berichte über kürzlich abgehaltene Workshops einreichten. Die meisten davon waren CAR/CAT-Workshops, aber einige davon hatten andere Themen. Natürlich gibt es Tausende davon auf der ganzen Welt, und so ist das nur eine sehr kleine Kostprobe. (Wir freuen uns immer über Beiträge zu ähnlichen Themen: naway@na.org!) Informationen zur WSC und Materialien findet ihr unter www.na.org/conference.



Zonale Foren

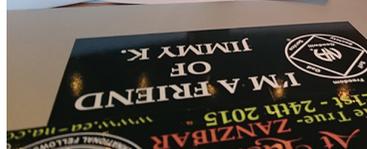
Viele CAR/CAT-Workshops werden von Zonalen Foren angeboten. In den Richtlinien für die Weltdienste in NA (A Guide to World Services in NA) steht: "Zonale Foren sind serviceorientierte Sitzungen, auf denen geteilt wird und/oder die geschäftlichen Angelegenheiten besprochen werden. Sie bieten ein Werkzeug, mit dem NA-Gemeinschaften miteinander kommunizieren, kooperieren und gemeinsam wachsen können." Zonale Foren gehören nicht zu dem formalen Entscheidungsfindungs-System von NA, aber die Weltdienste, Regionen und Zonen kooperieren oft bei einer Vielzahl Aufgaben der Entwicklungsarbeit und bei anderen Servicearbeiten. Die meisten zonalen Foren sind auf die Verbesserung der Kommunikation zwischen den Servicekomitees der einzelnen Regionen ausgelegt und sind der zentrale Punkt, an dem Unterweisung und Entwicklung der Gemeinschaft innerhalb ihrer Gemeinschaften zusammenlaufen. Mehr zu den Zonalen Foren und zur Planung der Zukunft der WSC findet ihr unter: www.na.org/future.

Hier kommt ihr zu der
[WSC-Info & zu den WSC -Materialien](#)

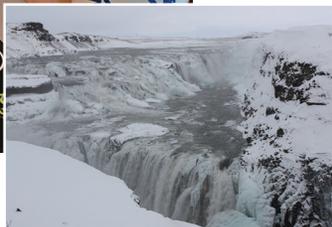


Zonales Forum Widwest

Das Zonale Forum Widwest wurde auf der WSC 1987 ins Leben gerufen. Es sollte die Kommunikation zwischen den NA-Regionen im Mittleren Westen erleichtern. Heute gehören die Regionen Chicagoland, Greater Illinois, Indiana, Metro-Detroit, Michigan, Ohio, Buckeye, und Upper Midwest zu diesem Forum. Dieses Jahr wurde der CAR/CAT-Workshop in Detroit abgehalten. Es kamen ca. 65 Teilnehmer, die als Bonbon eine Führung durch das **Service Office in Michigan** bekamen.



Jimmy E, Sweden



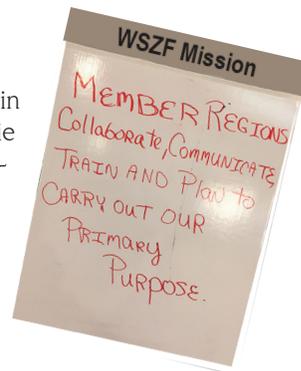
Helge B, Germany

Europäisches Delegiertenmeeting

Das EDM ist ein Forum in Europa, multilingual und multikulturell, und offen für NA-Gemeinschaften innerhalb und außerhalb von Europa. Seine Aufgabe ist es, das gemeinsame Wohl und die Einigkeit der Mitgliedsregionen zu fördern, ihr Wachstum zu unterstützen und dazu beizutragen, dass NAs Hauptaufgabe erfüllt wird. Die Teilnehmer trafen sich zum Winter-EDM in Reykjavík, Island. Obwohl das EDM keine Workshops zum CAR abhält, war dennoch die zonale Vertretung und die Zukunft der WSC eines seiner Diskussionsthemen. Einige Mitglieder fuhren durch einen Schneesturm, um den Gullfoss (der goldene Wasserfall) zu besuchen, der sich ca. 100km von dem Meetingsort entfernt im Canyon des Flusses Hvítá befindet.

Zonales Forum Western States

Das WSZF hielt Anfang Dezember einen der ersten CAR-Workshops der Saison in San Francisco, Kalifornien ab. Das WSZF verbindet seine Mitgliedsregionen, damit sie bei ihrem jährlichen Meeting sowie in ständigem Austausch miteinander Herausforderungen beim Service gemeinsam angehen und lösen können. Das WSZF bietet für die Mitglieder und seine Dienstgremien Unterweisungen an. Seine Mitgliedsregionen sind Arizona, California Inland, California Midstate, Central California, Northern California, Pacific Cascade, Rio Grande, San Diego/Imperial, Sierra Sage, Southern California, Southern Idaho, Region 51, und Washington/Northern Idaho.



Multiregionale Lerntage

Dieses Jahr wurden die multiregionalen Lerntage von der Region Northern New England in Alfred, Maine, USA abgehalten. Es kamen ca. 35 Süchtige aus acht Regionen—darunter auch ein paar neue Gesichter und einige angesehene langjährige Mitglieder. Die Cleanzeit betrug im Durchschnitt 16 Jahre. Wir führten produktive und respektvolle Diskussionen, in denen auch viele inhaltsreiche Fragen aufkamen.

Tony F, Connecticut, USA



Region Ägypten

Etwa 25 Mitglieder nahmen am 19. Dezember an dem CAR-Workshop der Ägyptischen Region teil. Seitdem (seit dies geschrieben wurde) fanden im South Cairo Group Support Forum CAR-Diskussionen mit Repräsentanten von acht Gruppen und den betrauten Dienern des GSF statt, ferner auch mit Mitgliedern von zehn Gruppen und betrauten Dienern des Area One Service Committee, wie auch in einer Gruppe in Alexandria (ca. 180 Meilen von Kairo entfernt) mit ca. 40 Mitgliedern. Weitere Sitzungen sollen in den kommenden Wochen vor der Weltdienstkonferenz stattfinden. Es ist das erste Mal, dass in dieser Region eine so große Anzahl von CAR-Workshops und Diskussionen stattfanden.



Terry B, Pennsylvania, USA



Mid-Atlantic Regional Learning Conference

Die zweite MARLCNA wurde Anfang Februar an dem langjährigen Veranstaltungsort in Lancaster, Pennsylvania, abgehalten. Die **Region Mid-Atlantic** setzt sich aus 15 Gebieten zusammen, doch diese Lerntage sind eine Attraktion für Mitglieder aus der ganzen Ostküste der USA und von weiterher. Die Wochenend-Convention beinhaltet auch einen Lerntag, der in Konferenzjahren den CAR und das CAT-Material zum Gegenstand hat. In konferenzfreien Jahren stehen Diskussionsthemen, NA-World Services-Projekte und Updates sowie andere Themen, die für die Mitglieder der Region von Interesse sind, auf dem Plan. Ungefähr 310 Menschen nahmen in diesem Jahr an dem CAR/CAT-Workshop teil.

Asien-Pazifik-Forum

Zweiundzwanzig der Mitgliedsgemeinschaften des AFP schickten in diesem Jahr ihre Regionsdelegierten zum APF nach Bangkok, Thailand. Dieses Treffen wurde direkt nach der Februar-Convention in Thailand abgehalten. Fünf betraute Diener, vier Stellvertretende Delegierte und sechs andere (Übersetzer, Mitglieder von Arbeitsgruppen und NAWS-Mitarbeiter) nahmen ebenfalls teil. China war nicht auf dem APF vertreten, doch ein gebürtiger chinesischer Delegierter (kein Ausländer, der in China lebt), konnte diese Sitzung besuchen. An einem Abend wurde ein kurzer Überblick über CAR/CAT gegeben, doch hauptsächlich drehte sich das Meeting um die Strategische Planung, die Arbeit in der Gemeinschaftsentwicklung, um Workshops und um Berichte von Mitgliedsgemeinschaften.



Region Chicagoland

Dieses Jahr probieren wir etwas Neues aus: CAR-Partys, die bei den Leuten zuhause oder an einem öffentlichen Ort eine Party stattfinden und zu denen jeder etwas zu essen mitbringt und wo dabei der CAR diskutiert wird oder Fragen dazu beantwortet werden. Das ist offensichtlich gut angekommen; viele, die niemals zuvor ein Interesse für den CAR zeigten, nehmen nun teil. Zufällig werden die CAR-Partys in meinem Gebiet (North City Area) von jüngeren Mitgliedern ausgerichtet, deren Begeisterung und Service die erstaunlichste NA-Renaissance erleben, die ich in den 28 Jahren meiner Genesung gesehen habe. (Mehr Informationen über das Gebiet North City Area gibt es in den kommenden Ausgaben des *The NA Way Magazine*.)

Louis H, Chicago, USA



Zonales Forum Südost

Die wichtigste Funktion des SEZF ist die Vereinfachung der gemeinsamen, multiregionalen Arbeit mit den Mitgliedsregionen Alabama-Northwest Florida, Carolina, Florida, Georgia, North Carolina und South Florida. Das SEZF hielt Anfang Dezember einen der ersten CAR-Workshops der Saison in North Carolina, in der Region Carolina. Ca. 30 Mitglieder besuchten die Veranstaltung. Als die Zone gegründet wurde, fand dieser Workshop im Februar vor der Konferenz in Macon, Georgia statt, und dann vor ca. zehn Jahren wurde er (ebenfalls im Februar) nach Atlanta verlegt. Es war das erste Mal, dass unser CAR-Workshop außerhalb der Region Georgia stattfand.

Jeff P, Florida, USA

Zonales Forum der Rocky Mountains

Das RMZF dient Regionen in allen Gebieten der sieben Staaten des amerikanischen „Wilden Westens“, von Alliance, Nebraska im Osten bis nach Ontario, Oregon im Westen; und von Raton, New Mexico, im Süden bis Browning, Montana im Norden. Einer der ersten CAR-Workshops in dieser Saison wurde vom RMZF Anfang Dezember in Salt Lake City, Utah, abgehalten. Es nahmen etwa 30 Mitglieder teil.



Shawn S, Wyoming, USA



Region British Columbia

Die BCRSC ist eine von fünf Regionen der Canadian Assembly of NA (Assemblée Canadienne). Die Region British Columbia umfasst 364,000 m² mit 15 Gebieten und fast 300 Meetings. NA Kanada hatte im Herbst 1967 in Victoria, BC, seine Anfänge. Dieses Jahr kamen ca. 40 Mitglieder zu einem CAR/CAT-Workshop in Vancouver, BC. Es nahmen Mitglieder aus sechs Gebieten teil; alle kamen aus dem Greater Vancouver Regional District und dem Umland.

The Society of Service for NA (Indien)

Ungefähr 20 Mitglieder aus acht Gebieten, fanden sich im Februar 2016 bei der alle sechs Monate stattfindenden regionalen Servicekonferenz SOSONA (früher SIRSONA) ein. Sie erörterten die Anträge im CAR und Schwerpunkt der Gespräche waren die Rolle der Zonen, die Zukunft der WSC und wie sich zukünftige Änderungen bei der WSC auf die Region auswirken könnten. Der Workshop war auch eine Gelegenheit, neue Mitglieder im regionalen Service über die Weltdienste zu informieren. Indien hat zwei Regionen mit Sitz und Stimme: SOSONA besteht aus Gruppen und Gebieten westlich des Staates Assam; und das North Eastern Regional Forum (NERF) deckt das Gebiet ab, das an Bhutan, Burma, Bangladesch und China grenzt.



Entwicklung der Gemeinschaft

Wachstum und Einigkeit fördern



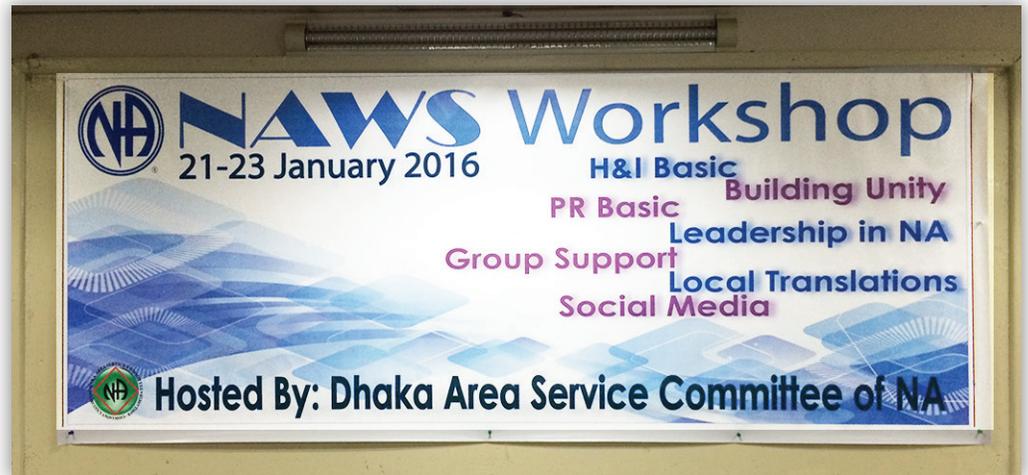
Bangladesch ist eine vielversprechende aufstrebende NA-Gemeinschaft. NA gibt es in diesem südasiatischen Land seit Anfang des neuen Jahrtausends und es brauchte eine gewisse Zeit, bis NA Fuß fasste und flügge wurde. Die meisten NA-Meetings hier sind in den beiden bedeutendsten Städten von Bangladesch: Chittagong und Dhaka; und beide Orte haben funktionierende Gebietsservicekomitees. In jedem Gebiet fanden bereits Genesungsveranstaltungen, wie Conventions und Camping statt, und die zwei Gebiete arbeiten gemeinsam an der Übersetzung der Literatur. Bangladesch hat an vielen Asien-Pazifik-Foren teilgenommen und hofft, dass es in der Zukunft ein regionales Servicekomitee gründen kann.

Die Weltdienste von NA besuchten im Januar 2014 die Convention des Gebiets Dhaka und moderierten dort mehrere Workshops, wobei die lokalen Führungspersonen an den Sitzungen mitwirkten. Damals gab es keine Literaturübersetzungen in lokale Sprachen. Die Gemeinschaften versuchten, die in Kalkutta vorhandene Literatur in der Bengalischen Sprache zu verwenden, aber das wollte nicht so recht passen. Nach eingehenden Diskussionen und Überlegungen gründete Bangladesch sein eigenes Übersetzungskomitee und zurzeit sind die letzten Vorbereitungen im Gange, bevor das Fallblatt Nr. 1 veröffentlicht werden kann.

Bei einem Folgebesuch im Januar 2016 arbeiteten die NAWS mit der lokalen Gemeinschaft zusammen, um eine Reihe passender Themen für ihre Service-Workshops, die ein ganzes Wochenende über in Dhaka stattfinden sollen, zu ermitteln. Wir moderierten Sitzungen zur Einigkeit, zum Gruppensupport, zu K&E und PR-Basics, zu dem Thema Führung und zu den sozialen Medien, und ferner eine Sitzung mit dem Schwerpunkt Übersetzungen. Alle Teilnehmer tauschten sich eifrig untereinander aus, und der „Zauber“ der Einigkeit erfüllte den Raum. Die beiden Gebietservicekomitees arbeiten zusammen, um eine starke Region zu gründen.

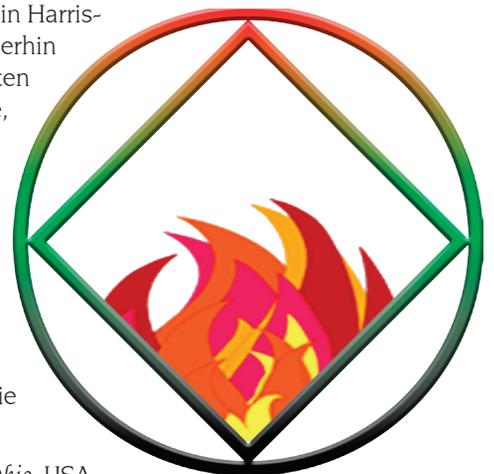
Die Sitzung soziale Medien war ein Aha-Erlebnis für diese Mitglieder, die von sozialen Medien begeistert sind. Die Anonymität im Bezug auf die Elfte Tradition eröffnete Wege, wie man sich selbst und andere Mitglieder schützen kann. Sie haben es verstanden! Fast sofort begannen private NA-Gruppen mehrere Plattformen auf sozialen Medien zu gründen. Die Zusammenarbeit zur Ermittlung von Strategien zur Ankündigung von NA-Veranstaltungen über soziale Netzwerke und vorsichtige Strategien zur Anerkennung der Genesung gab und uns nützliche Werkzeuge an die Hand.

Die Mitglieder aus Bangladesch sind begeistert von Narcotics Anonymous. Sie wollen, dass NA in ihrem Land wächst. So viele haben die Dankbarkeit erlebt, die damit einhergeht, wenn man weiß, wie knapp man der schlimmsten Katastrophe entkommen ist—und die Begeisterung, wenn man dafür sorgt, dass der nächste leidende Süchtige die Chance hat, die Freiheit zu erlangen, die man selbst geschenkt bekam.



Die Flamme anfachen

Heute fuhr ein Auto, vollgepackt mit uns allen, zu einem neuen Meeting, das gerade in Harrisville, West Virginia, gegründet worden war. Harrisville liegt so ziemlich „JWD“, aber immerhin gibt es dort die einzige Ampel in Ritchie County. Es liegt 45 Minuten von dem nächsten NA-Gebiet /der nächsten Heimatgruppe entfernt. Die Frau, die das Meeting gründete, suchte Hilfe und besuchte gestern sogar das Meeting unseres [LSB \(lokales Service Board\)](#). Heute erfuhr ich, dass sie vor vielen Jahren erfuhr, dass es NA gibt, als sie eine Krankenschwester in der Psychiatrie war, und mit ihren Patienten in Meetings gehen musste. Jetzt, Jahre später, stellte sie fest, dass sie selbst NA brauchte, und daher gründete sie das einzige Meeting, das eine Stunde von ihrem Zuhause entfernt liegt. Heute ist sie mehr als drei Monate clean. Sie freute sich, als wir heute Abend durch die Tür kamen. Sie war die einzige Person dort, und sie weinte Tränen der Freude, während sie erzählte, wie dankbar sie für die NA-Gemeinschaft ist. Das ist es worum es geht—die Hoffnung, die sich wie ein Steppenbrand ausbreitet, und die Mitglieder, die ihre Flamme ständig anfachen.



Kristina C, Ohio, USA

Warum ich diene

Wenn wir uns bemühen, die Lebendigkeit von NA zu erhalten, tun wir dies nicht nur zu unserem eigenen Nutzen, sondern auch für unsere zukünftigen Mitglieder.

Es funktioniert: Wie und warum, Tradition Eins



Im Vorfeld der [Weltdienstkonferenz](#) 2016 werfen wir noch einmal einen Blick auf die ersten Sitzungen der Konferenz 2014. Die Teilnehmer der Gemeinschaft kamen am Sonntag, den 27. April 2014 zusammen und tauschten sich in Diskussionen in Kleingruppen über ihre gemeinsame Aufgabe und die spirituellen Prinzipien von Tradition Eins aus—Kapitulation und Annahme, Verpflichtung, Selbstlosigkeit, Liebe und Anonymität. Dann, inspiriert von einem Mitglied, das zu dem Thema „Warum ich diene“ sprach, waren alle völlig still, als betraute Diener aus NA-Gemeinschaften der ganzen Welt ihre Gedanken dazu niederschrieben warum sie dienten. Untenstehend findet ihr einige dieser Beiträge. Ein paar davon wurden bereits früher im *The NA Way* veröffentlicht und einige wurden von Mitgliedern eingereicht, die an ähnlichen Workshops in ihren Heimatregionen teilnahmen.

Der Hauptunterschied zwischen meinen Anfangsjahren im Programm und meinen späteren Jahren in Genesung ist der Service. Als ich verstand, dass es der Service ist, der mich an die Genesung bindet, verpflichtete ich mich dem Service. Der Service ist Bestandteil meines Wiedergutmachungsprozesses. Ich begann mit dem grundlegenden Verständnis, dass mir der Service bei meiner persönlichen Genesung hilft. Dies wandelte sich in die Liebe zum Dienst an anderen und an der Gemeinschaft, die mein Leben gerettet hat, und das aus einem Leben des völligen Versagens in ein Leben voller Zufriedenheit und dem Gefühl, aus den richtigen Motiven heraus das Richtige zu tun, geführt hat. Durch den Service fühle ich mich zugehörig und dankbar, und ich erfreue mich eines Lebens, das lebenswert ist.

Dror A, [Region Israel](#)

Als ich zu NA kam, wusste ich gar nichts über das Programm. Was mich anzog, das waren die Leute, die keine Drogen nahmen, die lachten, spielten, tanzten und einander so mochten, wie sie waren. Das lenkte meine Gedanken von den Drogen ab und veranlasste mich, Umgang mit Leuten meiner Art zu pflegen. Als ich an verschiedenen Veranstaltungen und Aktivitäten teilnahm, begann ich den Genesungsteil aufzunehmen. Ich lernte unsere NA-Botschaft kennen und wollte sie mit Leuten, die ich kannte, teilen. Ich weiß nun, wie wichtig Service ist. Wenn ich anderen Süchtigen helfen will, kann ich mich immer dem Service zuwenden. Ich kann Teil von NA sein und mich an den Änderungen in unserer Gemeinschaft beteiligen, indem ich Service mache. Meine Stimme und mein Herz (und das eure) sind in meiner Stammgruppe, in meinem Gebiet und meiner Region zu vernehmen! Wir genesen durch NA und Service.

Juanita B, [Pacific Cascade Region](#), USA

Als ich in die Meetings kam, war ich jung, ohne Orientierung und konnte nichts anderes als Drogen nehmen. Nachdem ich clean geworden war, sagten mir die Leute, dass ich, um zu genesen, die Schritte arbeiten, einen Sponsor nehmen und Service machen sollte. Ich nahm das erst, denn ich hatte solche Angst, wieder Drogen zu nehmen. Die Beschäftigung mit den Schritten gab mir Einsicht in mein Verhalten und der Service brachte mir noch mehr Einsichten. Im Service lerne ich, wie man lebt und sich beteiligt. Was ich lerne, das nutze ich für mein eigenes Leben. Ich lerne im Leben; ich gebe es durch Service zurück. Es ist ein dialogischer Prozess, in dem ich NA das zur Verfügung stelle, was ich im Leben lerne, so dass ich mehr lernen kann. Das ist



die eine Seite; die andere ist, dass die Meetings für andere da sind, wenn unser Service richtig funktioniert, dass die anderen dort Genesung finden—und auch die Möglichkeit haben, im Service zu lernen.

Hannu S, [Region Finnland](#)

Mit 65 Cleantagen war ich bei einem NA-Camping und fragte mich, ob ich clean bleiben oder alles hinschmeißen würde. Ich fühlte mich fehl am Platz bei den Mitgliedern, die dort waren, aber ich blieb lange genug, sodass ich ein paar Mitglieder traf, die ich kannte und mochte, und deshalb beschloss ich, erst mal dazubleiben. Beim Softballspielen wurde ich an diesem Tag verletzt, als in mit einem anderen auf dem Spielfeld zusammenstieß, der denselben Ball kriegen wollte. Schließlich riefen sie einen Hubschrauber, der mich ins Krankenhaus brachte. Auf dem Flug hatte spürte ich plötzlich etwas, das mir durch und durch ging. Später erfuhr ich, dass sich die Süchtigen auf dem Campingplatz in genau diesem Augenblick im Kreis aufgestellt hatten, um für einen leidenden Süchtigen—für mich—eine Gedenkminute einzulegen und zu beten. Dieser Augenblick festigte meine Entscheidung und Verpflichtung für die Genesung und die Gemeinschaft von NA. Das ist der Grund, weshalb ich diene.

Kevin H, [Region Southern Idaho](#), USA

Ich diene, weil es mich an andere denken lässt; es bringt mich von meinen Gedanken weg. Ich kann nicht alleine clean bleiben und der Service stellt mich in die Mitte des Geschehens. Er lässt mich nützlich fühlen. Er hält mich in der Verantwortung. Er lehrt mich mehr über das Programm. Er gibt mir etwas Gesundes zu tun. Ohne Service gäbe es kein Programm und ich wäre wieder alleine.

Shannon C, [Region Pacific Cascade](#), USA

Mein erstes NA-Meeting war in Südafrika. Es hatte mit dem Wachstum schwer zu kämpfen. Ich trug die Last der Verantwortung für dieses Meeting fünf Jahre lang, bis jemand kam, der verantwortungsvoll und bereitwillig genug war, diese Verpflichtung zu übernehmen. Dann engagierte ich mich im K&E und ich liebte diesen Dienst. Unser K&E-Service trug wirklich dazu bei, dass NA in unserem Gebiet wuchs. Ich diene als RCM für unser Gebiet, und das verstärkte mein Engagement für die Gemeinschaft und dadurch kam ich herum, in alle Meetings des Gebiets, damit die Gruppen mit dem Gebiet verbunden bleiben. Heute diene ich als RD und ich kann eine Stimme für all die Sprachen in unserer NA-Gemeinschaft sein. Wir haben viele Herausforderungen in unserer Region und ich will dazu beitragen, dass es sich ändert,

besonders dadurch, dass ich die NA-Botschaft in zuvor benachteiligte Gemeinschaften bringe.

Dennis J, [Region Südafrika](#)

Als ich den Elften Schritt das erste Mal arbeitete, fragte man mich, was ich mir für mein Leben wünsche. Ich antwortete, dass ich eine gute Mutter, eine gute Freundin, eine gute Ehefrau sein wollte; ein verantwortungsvolles und mitfühlendes menschliches Wesen; dass ich meinen Beruf mit Dankbarkeit mache; und vieles mehr. Mein Stift schrieb wie von selbst und meine Gedanken flossen nur so heraus; und dann schrieb ich: „Ich will Freude in meinem Leben haben.“ Und ich begann zu weinen. All die Jahre, in denen ich versuchte perfekt zu sein, Anerkennung meiner Person zu bekommen, Frieden zu finden, und alles lief auf diesen einen Moment hinaus, in dem ich feststellte, dass

ich es verdiente, Freude am Leben zu haben. Als ich in dem Moment der Erkenntnis in Tränen ausbrach, fand ich den Frieden und die Selbstannahme, die ich immer gesucht hatte. Ich will, dass Süchtige, die immer noch innerhalb und außerhalb unserer Räume leiden, von diesem Frieden wissen. Darum diene ich.

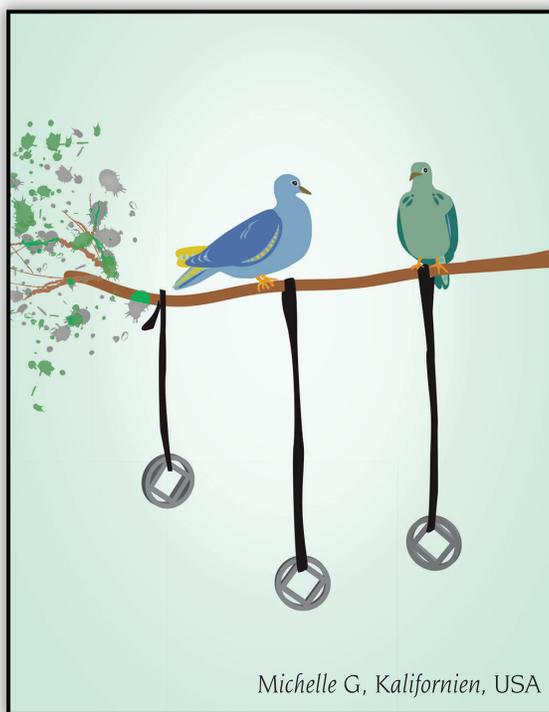
Donna Lee P, [Central Atlantic Region](#)

Das persönliche Wachstum, das ich dadurch erfahren habe, dass ich unserer Gemeinschaft diene, ist unglaublich. Ich lerne, wie ich die Bedürfnisse und Ansichten meiner Mit-Dienenden und meine eigenen gleichberechtigt nebeneinander stehen lassen kann. Ich lerne, wie ich anderer Meinung sein kann, ohne unangenehm zu sein, und ich kann all dies in meine Beziehung zu meiner Familie und meinen Kollegen mit hinein nehmen. NA hat mir ein Lebe gegeben, das lebenswert ist.

Deb N, [Region British Columbia](#), Kanada

Ich habe angefangen zu dienen, weil ich einfach der beste und am meisten genesene junge Süchtige in Schweden sein wollte. Ich wollte berühmt sein! Durch das Arbeiten der Schritte haben sich meine Motive geändert. Ich habe viele Gründe, weshalb ich diene und sie sind meistens selbstlos. Eines Tages werde ich Kinder haben und ich will, dass sie die besten Chancen haben, clean zu werden, falls sie anfangen Drogen zu nehmen. Ich diene auch, um in einer Welt Liebe zu geben, in der ich Hass und Gewalt verbreitet habe. Die Liebe, die ich von euch bekomme, darf ich nicht für mich alleine behalten!

Jimmy E, [Region Schweden](#)



Michelle G., Kalifornien, USA

Heute wächst NA sehr stark, aber der Service wächst nicht in demselben Maße mit. Eines Tages möchte ich eine Gruppe sehen, in der es mehr Diener gibt als gebraucht werden, mit einer Warteliste von Dienern.

Nelson L, [Region Brasilien](#)

Dieser Gemeinschaft zu dienen, ist eine Geste der Liebe, des Respekts und der Dankbarkeit. Es bedeutet, ich schaue in die Augen eines Süchtigen und er schaut in meine und wir erkennen uns gegenseitig als Kameraden.

Francelle FS, [Region Brasilien](#)

Als ich neu war, habe ich nicht einmal die Stühle weggeräumt. Ich litt an einem ausgeprägten Überwertigkeitskomplex, denn ich hatte ja bestimmte Drogen nicht genommen, die andere genommen hatten. „Sollen doch die Crackheads die Stühle wegräumen“, dachte ich bei mir. Ich hatte einen ganz schönen Dünkel, aber ich hatte auch Angst vor dem Alleinsein, und so blieb ich zu einem Arbeitsmeeting mit drei anderen Süchtigen. Als das Amt des Begrüßers frei wurde, sagte ein Mitglied, „ich schlage ihn hier vor“, und er zeigte auf mich. Mir rutschte das Herz in die Hose. Ich hasste Umarmungen und hätte lieber das Klo geputzt (wenn es ein denn ein solches Amt gegeben hätte), aber ich nahm das Amt trotzdem an. Ich fing an, in die Meetings zu kommen, sobald die Tür auf hatte, nur um in der Gesellschaft anderer genesender Süchtiger zu sein, denn ich konnte es nicht ertragen, alleine zu sein.

Als ich ungefähr drei Wochen clean war, hörte ich den Mann sprechen, der später mein Sponsor wurde. Ich ließ mir seine Nummer geben und rief ihn an, und er wollte mich in seiner Stammgruppe treffen. Als ich dort ankam, stellte er die Stühle auf. Als ich meinen Kommentar dazu abgab, sagte er bloß: „Das machen wir so.“ Ich nahm einen Stuhl und machte mit. Und ich mache es immer noch. Ich habe mich immer gefragt, was es dafür gibt, wenn man sich nützlich macht. Eines Tages, als ich den Boden im Meetingsraum das tausendste Mal putzte, wurde mir klar, dass die Belohnung darin besteht, dass ich Dienst mache und den Boden putze.

Ivan P, Connecticut, USA

Anmerkung der Redaktion: Der Artikel, der diese Beiträge inspiriert hat, wurde im The NA Way Magazine, [April 2014](#) veröffentlicht. Mehr Beiträge zu "Warum ich diene" findet ihr in den Ausgaben The NA Way vom [Juli und Oktober 2014](#) und [Januar und April 2015](#).

www.na.org/subscribe	The NA Way Magazine NAWS News Reaching Out NAWS E-Mail-Updates Nur für Heute tägliche E-Mail
	eAbo: Keine Druckkosten Keine Versandkosten Direkt per E-Mail



KORREKTUR: Bei diesen Fotos in der [Juli 2015-Ausgabe des NA Way Magazine](#) wurde der falsche Fotograf angegeben. Wir entschuldigen uns vielmals bei Sergio S, São Paulo, Brasilien, der diese Fotos machte!





KALENDER

Der Online-Kalender na.org und der Kalender im *The NA Way Magazine* steht allen NA-Gruppen und Dienstgremien, die bei NA World Services registriert sind, zur Verfügung. Darin können sie ihre mehrtägigen Veranstaltungen bekannt geben. In der Regel werden Veranstaltungen, die zwischen zwei Erscheinungsterminen des *NA Way* stattfinden, nach dem untenstehenden Zeitplan veröffentlicht. Um diese Veranstaltungen einzugeben oder um auf die Veranstaltungsdaten zuzugreifen, besucht bitte: www.na.org/events.

Dänemark

Esbjerg 17-19 Jun; Camp Living Clean Denmark; Markbækplantage, Esbjerg; www.nadanmark.dk/events

Skanderborg 5-7 Aug; Convention & Camp 9; Audocicon, Skanderborg; www.namidtjylland.dk/konvent/index.htm

Großbritannien

Llandudno 1-3 Jul; Northwest England & North Wales Area Convention 23; Venue Cymru, Llandudno; <http://ukna.org/events>

Bradford 15-17 Jul; First Yorkshire & Humberside Area Convention; Bradford Hotel, Bradford; <http://ukna.org/events>

Indonesien

Seminyak 3-5 Jun; Bali Area Convention 16; Puri Sarong Hotel, Seminyak; www.na-bali.org

Kanada

Nova Scotia 20-22 May; Central Nova Area Convention 13; Holiday Inn Convention Centre, Truro; www.centralnovaarea.ca

Ontario 20-22 May; Ontario Regional Convention 29; Blue Mountain; www.orcna.ca

Mexiko

Puerto Penasco 10-12 Jun; First Area Oasis Convention; Hotel Penasco del Sol, Puerto Penasco; www.bajason-na.org

Peru

Cuzco 20-22 May; Peru Regional Convention 22; Hotel Royal Inka Pisac, Cuzco; www.naregionperu.org

Slovakia

Poprad 13-15 May; Czecho-Slovak Convention; Hotel Satel, Poprad; www.anonymninarokomani.sk

Spainien

Malaga 20-22 May; Spanish Regional Convention 34; Hotel Las Palmas, Fuengirola Malaga; www.narcoticosanonimos.es

Schweiz

Zurich 6-8 May; Swiss Convention 22; GZ Riesbach, Zurich; narcotics-anonymous.ch

Tansania

Zanzibar 21-24 May; East Africa Convention 4; Zanzibar Grand Palace, Zanzibar; www.ea-na.com

Ukraine

Kiev 7-9 May; First Ukrainian Convention & Conference; Kiev; www.uccna.org

United States

Arizona 27-29 May; Arizona Regional Convention 30; DoubleTree Resort, Scottsdale; www.arizona-na.org

29-31 Jul; Southeastern Arizona Area Convention 2; Hotel Tucson City Center, Tucson; <http://natucson.org>

California 10-12 Jun; California Mid-State Regional Convention 14; Visalia Convention Center & Marriott Hotel, Visalia; www.cmsrcna.org

2) 24-26 Jun; California Inland Regional Convention; Westin Mission Hills Golf Resort and Spa, Rancho Mirage; www.cirna.org

Florida 6-8 May; Daytona Area Convention 17; Hilton Daytona Beach Resort/Ocean Walk Village, Daytona Beach; www.dacna.org

2) 7-10 Jul; Florida Regional Convention 35; Rosen Shingle Creek, Orlando; www.frc-na.org

Georgia 5-8 May; A Little Girl Grows Up Convention 8; Hilton Hotel, Atlanta; www.alittlegirlgrowsup.org

Illinois 20-22 May; Rock River Area Convention 25; Holiday Inn, Rockford; rragsna.org/rock%20river%20area%20convention.htm

Louisiana 27-29 May; Louisiana Regional Convention; Ramada Inn, Lafayette; www.larna.org

Maryland 6-8 May; Baltimore Area Convention 12; Wyndham Hunt Valley Inn, Hunt Valley; www.bacnaconvention.org

Michigan 30 Jun-3 Jul; Michigan Regional Convention 32; Radisson Plaza, Kalamazoo; www.michigan-na.org/mrcna

Montana 17-19 Jun; Montana Gathering 28; Symes Hotel & Hot Springs, Hot Springs; www.namontana.org

Nevada 15-17 Jul; California, Arizona, Nevada Convention 22; Riverside Hotel & Casino, Laughlin; www.canacregistration.com

New Hampshire 24-26 Jun; Fellowship in the Field 26; Apple Hill Campground, Bethlehem; gsana.org/events/fellowship-in-the-field-xxvi-campout

New Mexico 19-22 May; Rio Grande Regional Convention 27; Crowne Plaza, Albuquerque; www.riograndena.org

New York 27-29 May; Heart of New York Area Convention 12; Crowne Plaza Syracuse, Syracuse; honyana.org

North Carolina 15-17 Jul; New Hope Area Convention 23; Durham Convention Center, Durham; newhopeconvention.com

Ohio 27-29 May; Ohio Convention 34; Crossroads Events Center, Lancaster; www.ohioconventionna.org

2) 1-3 Jul; Dayton Area Convention 11; Holiday Inn-Fairborn, Fairborn; www.dascna.org/convention

Oregon 20-22 May; Pacific Cascade Regional Convention 22; Riverside Inn/Taprock Event Center, Grants Pass; www.roguedwoodna.com

Tennessee 20-22 May; NA in May; Meeman-Shelby Forest State Park, Millington; nainmay.org

Utah 17-19 Jun; Southern Utah Area Convention 9; Hilton Garden Inn, Saint George; nasouthernutah.org

Virginia 27-30 May; Marion Survivor's Group Campout; Hungry Mother Lutheran Center, Marion; event info: mfisher71@hotmail.com

2) 5-7 Aug; Almost Heaven Area Convention; 4H Educational Center, Front Royal; na2day.Tripod.com

Washington 20-22 May; Washington Northern Idaho Regional Convention 31; Red Lion Hotel, Pasco; www.wnirna.org/events

2) 29-31 Jul; Seattle International Convention; Marriott Sea-Tac, Seattle; www.seattlenaconvention.org

Wyoming 13-15 May; Upper Rocky Mountain Regional Convention 17; Days Inn, Thermopolis; urmrna.org

NAWS Produktinfo

Finnisch

Faltblatt Nr. 2: *Ryhmä*

Artikel-Nr. FI-3102 Preis USD 0,31/0,26€

Group Trusted Servants

*Ryhmän luotetut palvelijat:
roolit ja vastuut*

Artikel-Nr. FI-2203 Preis USD 0,24/0,21€

Faltblatt Nr. 28:

Financiando os serviços de NA

Artikel-Nr. PO-3128 Preis USD 0,53/0,46€

Group Business Meetings

Reuniões de assuntos de grupo

Artikel-Nr. PO-2202 Preis USD 0,24/0,21€

Ungarisch

Das Gruppenbüchlein

Füzet az NA csoportokhoz

Artikel-Nr. HU-1600 Preis USD 0,95/0,82€

NA Gruppen und Medikamente

Az NA csoportok és a gyógyszerfogyasztás

Artikel-Nr. HU-2205 Preis USD 0,31/0,26€



Portugiesisch (Brasilianisch)

Zwölf Konzepte für NA-Service

Os Doze Conceitos para o serviço de NA

Artikel-Nr. PB-1164 Preis USD 2,05/1,80€



Koreanisch

Faltblatt Nr. 13: 청소년 중독자가, 청소년 중독자에게

Artikel-Nr. KO-3113 Preis USD 0,31/0,26€



Thai

Fünfte Ausgabe Basic Text

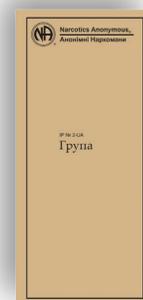
สมาคมผู้ติดยาเสพติดนิรนาม

Artikel-Nr. TH-1101 Preis USD 7,90/6,90€

Ukrainisch

Faltblatt Nr. 2: *Грpна*

Artikel-Nr. UA-3102 Preis USD 0,31/0,26€



Lettisch

Faltblatt Nr. 23:

Kā saglabāt tīrību, "ārpusē"

Artikel-Nr. LV-3123 Preis USD 0,24/0,21€



Portugiesisch

Urdu

Faltblatt Nr. 7:

کیا میں نشے کا عادی ہوں

Artikel-Nr. UR-3107 Preis USD 0,24/0,21€





Bald erhältlich

Dänisch

6. Ausgabe des Basic Text

Narcotics Anonymous

Artikel-Nr. DK-1101 Preis USD 11,55/10,00€

Hindi

Nur für heute

सिर्फ आज के दिन

Artikel-Nr. HI-1112 Preis USD 9,00/7,90€

WCNA 36 Merchiseware

BALD online erhältlich

www.na.org/wcna

Wählt aus einer Vielzahl von Flip-Flops, Badetüchern, Tassen, Turnschuhen ...

Gönnt euch was oder kauft ein Geschenk für Freunde oder Sponsees / Sponsoren.

Alle Käufe sind verbindlich; Mengen und Größen sind auf den verfügbaren Lagerbestand begrenzt.



NA eLit und Apps!

Apps

NA Meeting Finder

(mit täglicher Meditation aus *Just for Today*)

NEU!! Recovery Companion App

Eine App als Begleiter für die genesende Süchtige Tag für Tag. Sie enthält Blatt Nr. 9, *Living the Program*, Meditative Texte aus dem (englischen) NFH, einen Cleanzeitrechner, einen Meetingsfinder und Texte zum Vorlesen in der Gruppe, und Werkzeuge, zum Spenden an NA, ruf deinen Sponsor an, lies NA-Literatur... Und vieles mehr.

Erhältlich auf:



Amazon: <http://tinyurl.com/j3r9nd7>

Google Play: <http://tinyurl.com/p94vkby>

iTunes: <http://tinyurl.com/o74swbr>

* Dieser Hinweis stellt keine stillschweigende Unterstützung oder Förderung eines dieser Unternehmen dar.

eLit

Erhältlich auf Amazon, Google Play und iTunes*

Narcotics Anonymous

(Basic Text, Sechste Ausgabe)

It Works: How and Why

The NA Step Working Guides

Sponsorship

Living Clean:

The Journey Continues

The NA Step Working Guides

Interactive version featuring HTML sections
Exclusively at iTunes (iOS only)

Amazon: <http://tinyurl.com/ph5kl5k>

Google Play: <http://tinyurl.com/ngmez35>

iTunes: <http://tinyurl.com/harwjo4>

