



APRIL 2019

AUSGABE SECHSUNDREISSIG ◆ NUMMER ZWEI



- NA Kuba
- Erster Servicetag von NA!
- Neue SPAD-Prinzipien und Zitate



Von der Redaktion

Das Wachstum von NA ist der Beweis, welche Kraft unsere Botschaft hat.
Guiding Principles, Tradition Elf

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 Unterschriftszeile 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
Webseite: 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.

Hast du ein [E-Abo für das NA Way Magazine](#)? Hoffentlich! Dann hast du nämlich Zugriff auf den zusätzlichen Inhalt und die Features des E-Zines – und du kannst so mit-helfen, die Botschaft von NA elektronisch weiterzugeben, indem du sie an NA-Freunde schickst und auf den Sozialen Medien teilst.

In dieser Ausgabe erfahrt ihr, was sich bei der Entwicklung der Gemeinschaft in Kuba tut und dazu bekommt ihr persönliche Geschichten aus NA Kuba. Die letzte größere Berichterstattung über Kuba im *NA Way Magazine* ist schon sechs Jahre her und seither ist viel passiert, unter anderem die erste NA-Convention auf Kuba!

Auch anderswo auf der Welt gibt es spannende Dinge. Suchst du nach einer Möglichkeit, wie du beim Schreiben von Genesungsliteratur oder Servicematerial für NA mitmachen kannst? Willst du Ideen und Unterstützung von anderen oder für andere NA-Gemeinschaften anbieten? Willst du lokale Mitglieder in sinnvolle Diskussionen über NA-Angelegenheiten einbinden? Dann logge dich im „[Service Center](#)“ ein. Dort findest du, was du alles tun kannst. Und nicht vergessen: Es gibt eine großartige Geschichte aus der Gegend nördlich des Polarkreises und eine andere über eine Gruppe, bei der es fast nur um den Elften Schritt geht.

Es gibt auch einige andere GROSSE und NEUE Veranstaltungen: Den ersten [NA-Servicetag](#) (1. Mai 2019) und die erste [NA-PR-Woche](#) (3 – 9. Juni 2019).

Viel Spaß beim Lesen, beim Service und bei der Genesung!

[De I. Redaktion](#)

IN DIESER AUSGABE

| | | | |
|-------------------------------------|---|---|----|
| Feature | 3 | NA in Kuba | 9 |
| • Meine HM weiß, was sie tut | | Buchprojekt Spirituelle Prinzipien für jeden Tag | 14 |
| Teilen | 5 | Service Center | 15 |
| • Luz y Vida | | Servicetag | 16 |
| • Warum ich bleibe | | Meetingsschnappschuss | 17 |
| • Glück | | Kalender | 18 |
| • Auf NA-Weise leben | | NAWS Produktinfo | 19 |
| Basic Caption Contest (BCC) | 6 | Bald erhältlich | 20 |
| Entwicklung der Gemeinschaft | 8 | | |

Abonnenten der elektronischen Ausgabe
des *NA Way* [hier](#) klicken.

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 auffhören Drogen zu nehmen, sie können das Verlangen verlieren Drogen zu nehmen und einen neuen Lebensweg finden.“



Meine HM weiß, was sie tut

Ich bin süchtig und wurde im Oktober 1981 in Kuba geboren. Schon sehr früh im Leben war mir klar, dass ich ein Problem hatte. Meine Eltern trennten sich, als ich es noch nicht verstehen konnte. Wir zogen mit meiner Mutter von einer Wohnung in die nächste und hatten kein festes Zuhause. Meine Mutter war ein Folterknecht. Sie schlug mich gnadenlos, fast als hätte sie Spaß daran. Sie sagte, ich erinnere sie an meinen Vater, der Don Juan spielte und überall andere Frauen und Kinder hatte. Meine Mutter schlug mich mit Gürteln, Stöcken und mit allem, was ihr in die Finger kam, und erzeugte so einen unbezähmbaren Hass gegen sie in mir. Alles, was sie mir antat, tat ich dann wieder meinen Klassenkameraden an. Ich war hyperaktiv, voller Groll und Ohnmacht, aber vor allem hatte ich viel Angst und war sehr unsicher.

Mit zehn lernte ich boxen und wurde ein sehr guter Boxer; ich schaffte es auf die Landesakademie und gewann mehrere Kämpfe. Boxen war genau das, was ich suchte, um allen auf die Schnauze zu hauen, und so war ich glücklich und zeigte keine Angst. Nach außen hin war ich stark, aber im Innern immer noch ein Feigling voller Angst und ich wusste nicht, wieso. Die Drogen entdeckte ich so mit 14 oder 15 und erlebte damit das erste Mal diese unbeschreiblichen Gefühle.

Mit 20 war ich dann schon ziemlich kaputt – ich stahl, betrog und tat alles, was nötig war, um die Droge zu bekommen, die ich wollte, was damals ein Cocktail aus verschiedenen Drogen war, der meinen Hang zu Aggressionen förderte. Ich kann mich nicht erinnern, dass ich während meiner aktiven Sucht ein einziges Mal Freiheit von meinen Ängsten und Unsicherheiten erfuhr. Meine Großmutter sagte immer, ich sei instabil; ich sagte dann immer, dass ich schlecht drauf war oder dass andere bloß neidisch waren und nicht wollten, dass es mir gut geht. Ich sagte allen, dass sie mich in Ruhe lassen sollten, weil ich mich nicht ändern würde. Mir war nichts wichtig.

Mit 25 war ich Vater und war zu etwas Geld gekommen. Mein Vater nahm mich mit auf seine Arbeit. In dieser Zeit fand eine Razzia statt und viele Süchtige und Dealer landeten im Gefängnis. Ich kam davon, aber ich nahm weiter Drogen. Ich verlor meine Familie und zog in meine alte Wohnung zurück, in einem verwahrlosten Wohnviertel, wo ich weiter mehr von meinem Lieblingscocktail einfuhr. Eines Tages, als ich völlig zgedröhnt war, kam ich zu dem Schluss, dass mich eine der zwei Substanzen wahnsinnig machte, und ich beschloss, nur noch die andere, stärkere Droge zu nehmen. Ich war brutal. Mein Drogenkonsum nahm rapide zu, und ich dröhnte mich weiterhin mit allen Substanzen zu, die bewusstseinsverändernd waren. Ich landete für kurze Zeit im Gefängnis und war mehrmals in der Psychiatrie in Havanna.

Ich konnte nicht aufhören, und mein Leben war eine Katastrophe. Eines Tages entdeckte ich, wie meine schwangere Frau ziellos die Straße hinunterlief, auf der Suche nach einem Ort, wo sie nehmen konnte. Ich spürte nichts als Ärger. Ich überzeugte sie, nach Hause zu gehen, und ich versetzte den Fernseher, um Drogen zu kaufen. Ein anders Mal ging ich zu meinen Großeltern nach Hause und griff meinen 80-jährigen Großvater so heftig an, dass er bewusstlos zu Boden ging, und ich nahm das Geld, das sie gespart hatten. Ich habe immer noch sein Gesicht vor Augen. Meine Krankheit verschlimmerte sich. Ich lebte praktisch auf der Straße, sah meine Familie wochenlang nicht, und meine Hauptbeschäftigung bestand in Straftaten. Das Schlimmste daran war, mit gefiel dieses Leben. Ich dachte, das mache mich stark. Ich war ein Krimineller und ich hatte wohl einen Pakt mit dem Teufel. Ich richtete viel Schaden an, und ich wurde dafür nicht einmal verhaftet.

Irgendwann einmal machte ich Bekanntschaft mit Selbsthilfegruppen. Mit 19 stieß ich auf die AAs, die in Kuba gerade stärker wurden. Ich konnte einen Monat lang clean bleiben, und für mich war das eine Meisterleistung, aber es hielt nicht, und ich nahm noch zehn Jahre lang weiter Drogen. Am 17. März 2010 stieß ich auf die NA-Gruppe *Solo por Hoy* (Nur für heute), die in der Gegend war, wo ich Drogen nahm. Zu Beginn war es schwer, und ich redete mir ein, dass diese Gruppe Verrückter mir nichts beibringen



konnten, was ich nicht schon selbst wusste, aber ich hatte mich noch nie im Leben so sehr geirrt. Ich war heimgekommen; ich musste nicht mehr leiden.

In NA fand ich das erste Mal etwas, das ich niemals gehabt hatte – ein Gefühl der Zugehörigkeit und Leute, denen etwas an mir lag. Trotz alledem musste ich weitere vier Jahre lang leiden. Ich hatte es satt, fertig und kaputt zu sein und ich ging jeden Tag in die Gruppe, aber ich konnte nicht mit den Drogen aufhören. Ich hörte mir jeden Tag an, was mir NA anzubieten hatte, aber ich konnte diese Werkzeuge nicht nutzen. Es war, als hätte ich in dem Augenblick, in dem ich das Meeting verließ, alles vergessen.

Eines Tages sagte mir mein Sponsor, dass ich alle negativen Dinge in meinem Leben aufzählen soll, und ich war perplex, dass er dann wollte, dass ich die positiven Dinge aufzähle. Das war mein erstes spirituelles Erwachen. Nach einiger Zeit fand ich etwas Positives: Beharrlichkeit. Ich kam immer wieder und eines Tages merkte ich, dass ich den ganzen Tag nicht an Drogen gedacht hatte. Das war toll, und ich beschloss, die grundlegenden Werkzeuge anzuwenden, die das Programm mir an die Hand gab. Ich ging in Meetings; teilte meine Erfahrung, Kraft und Hoffnung; ich las in der Literatur – im Basic Text. Trotzdem – trotz alledem – und obwohl ich nicht nahm, hatte ich immer noch Ängste und war verzweifelt. Ich wollte niemandem meine tiefsten Geheimnisse erzählen. Eines Tages wurde mein Footballteam vom World Cup in Brasilien ausgeschlossen und ich ging los, um Drogen zu beschaffen; zum Glück ohne Erfolg. Ich war seit ein paar Monaten clean und das erste Mal im Leben hatte ich den Wunsch zu nehmen, aber ich tat es nicht, weil keine Drogen da waren. In diesem Moment hörte ich eine innere Stimme, die mir sagte, dass es möglich ist, clean zu bleiben – und das erste Mal hörte ich die Stimme meiner Höheren Macht. Ich hatte meine Führung gefunden, und ich war niemals mehr allein, weil ich eine Macht hatte, die stärker war als ich. Ich teilte meine Geheimnisse mit ihr, meine Befürchtungen, meine Scham und meine Angst. Ich nahm mir einen Sponsor und ich war bereit, die Schritte zu arbeiten.

Als ich bewusst mit der Schrittarbeit begann, war das ein Fiasko. Ich schrieb gigantische Dialoge, völlig krank, und mein Sponsor erklärte mir weise, wie wichtig es war, mich beim Schreiben kurz zu fassen. Was mich zu einem Süchtigen macht, sind nicht die Drogen, sondern die Krankheit Sucht. Ich verstand das allmählich, indem ich die Schritte mit einem Sponsor arbeitete, der mehr Erfahrung hatte und der mir helfen konnte, wenn die Fragen schwierig wurden; und ja, sie werden schwierig. Bisher habe ich Schritt Eins bis Fünf gearbeitet, und es ist, als ob ich mich auf eine spirituelle Reise begeben hätte. Für einen Sturkopf wie mich war der Dritte Schritt ein Alptraum, und es war schwer, zuzugeben, dass ich für meine Familie wie ein Orkan war, der ihre Existenz praktisch ausgelöscht hat. Heute verstehe ich die Arbeit in den Schritten als eine Methode zur Genesung, aber ich kann unmöglich genesen, wenn ich nicht im Einklang mit den spirituellen Prinzipien lebe, die untrennbar mit den Schritten und Traditionen einhergehen. Ich kann auch locker clean sein und schmutzig leben. Ich habe das durch Selbsterkenntnis gelernt, und es ist mir bewusst.

In meiner Genesung war der Service ein wesentlicher Faktor. Das erste Mal machte ich Dienst in meiner Stammgruppe. Ich fing als Kaffeeauschenker an und wurde dann schließlich Gruppensekretär, eine wichtige Erfahrung, die dazu führte, dass ich ein dienendes Amt auf Weltebene annahm, als ich drei Jahre clean war. NA war in Kuba einem Wachstumsprozess unterworfen, und weil betraute Diener fehlten, haben wir das System der Vorschläge beim Servicesystem angenommen, darunter übernahmen wir auch mit der Hilfe von Mitgliedern aus einer anderen Region das System der lokalen Service Boards (LSBs). Für uns war es am sinnvollsten, anstatt Gebietservicekomitees zu gründen, und wir hatten damit Erfolg. In kurzer Zeit wurden wir eine etablierte Region und wir traten dem [zonalen Forum Lateinamerika \(LAZ\)](#) bei. Unsere Region wurde größer und wir gingen an, Workshops zu den Schritten und Traditionen usw. abzuhalten. Wir machten zwei jährliche Veranstaltungen, um die Ankunft der Botschaft von NA in Kuba zu feiern, und wir wuchsen weiter.

Nachdem ich Dienst in der Region gemacht hatte, wurde ich eingeladen, an der Convention des LAZ teilzunehmen, die 2017 in Chile stattfand, wo ich viele Süchtige aus verschiedenen Regionen kennenlernte, die alle viele Erfahrungen mitbrachten, was sowohl mir als auch meiner Gemeinschaft viel nützte. Eines Abends, als ich in der Hotelhalle saß, schlug mir ein Süchtiger, der sich für NA interessierte, vor, eine Convention abzuhalten, und ich fand diese Idee toll.

Ich erinnere dies als einen der wichtigsten Momente in meinem Leben, denn damals hatte ich gehofft, ein neues Leben beginnen zu können und nicht in mein Land zurückzukehren zu müssen. Ich war entschlossen, in Chile zu bleiben, trotz dieser Idee, eine Convention abzuhalten, die dazu beitragen konnte, das Wachstum von NA in Kuba zu fördern. Ich schloss mich im Zimmer ein und weinte, so wie ich nie zuvor in meinem Leben geweint hatte. Fast völlig kraftlos bat ich meine HM, mir ein Zeichen zu geben, damit ich wusste, was ich tun sollte, und in diesem Moment flog mir eine Seemöwe beinahe mitten ins Gesicht. Ich war verwirrt, aber ich sah dies als ein weiteres spirituelles Erwachen. Ich begriff, dass meine Gemeinschaft meinen Dienst immer noch brauchte. Es war mein biologischer Geburtstag, ein großartiger Tag, und noch herrlicher war, dass ich an diesem Tag zu dem Thema „Gottvertrauen“ teilen sollte. Werde es nie vergessen.

Mein Sponsor sagte mir an diesem Tag, dass Gott nie eine Tür zumacht, ohne eine andere aufzumachen, und ich nahm all meine Erfahrungen mit zurück in mein Heimatland. Meine HM weiß, was sie tut, und sie weiß, warum. Zurzeit, hier in Kuba, bereite ich mit meinen NA-Freunden die Feier unserer ersten Kuba-Convention von NA (CRENACUB) vor. Und ich bin dankbar, dass ich clean bin, dass ich ein Mitglied von NA bin und dass ich als ein solches lebe, und ich bin meiner HM dankbar, und ich bin auch ein bisschen auf das stolz auf das, was ich selbst geschafft habe, nur für heute.

Jordann C, Havanna, Kuba





Luz y Vida

Bob W, New York, USA

Ich bin süchtig, und ich heiße Cesar. 2011 kam ich das erste Mal mit Narcotics Anonymous auf Kuba, meinem Heimatland, in Berührung. Damals war die NA-Gemeinschaft in Kuba sehr jung und sie versuchte in einem zweiten Anlauf, auf der Insel Fuß zu fassen – im Gegensatz zu mir, denn ich konnte nicht mehr nachvollziehen, wie oft ich schon versucht hatte, mit den Drogen aufzuhören. Der einzige Unterschied bestand diesmal darin, dass in meinem Umfeld alles in Ordnung war. Meine Frau und ich führten eine gute Ehe und meine Tochter und die übrigen Familienmitglieder wussten nichts von meinem Problem.

Aber ich war so müde. Nach zwei Jahren fortwährender Verzweiflung verlor ich jede Hoffnung. Ich versuchte nicht einmal zu sagen: „Das war das letzte Mal“, und ich dachte, dieses Gefängnis meiner Sucht war das, was ich den Rest meines Lebens zu erwarten hatte. Gott sei Dank kam ich bei mehreren Versuchen, Hilfe zu bekommen, in eine Behandlungseinrichtung, in der ich Anfang der Neunziger gewesen war. Ich wusste es zu diesem Zeitpunkt nicht, aber dort halfen mir zwei Leute aus dem Gesundheitswesen, die damals

Narcotics Anonymous in Kuba unterstützten. Welche Chancen bestanden, dass dies geschehen konnte? Ich weiß es nicht, aber ich glaube, dass meine Höhere Macht mit mir war, auch wenn ich nichts von ihrer Existenz in meinem Leben wusste.

Unglücklicherweise fing ich direkt danach wieder mit dem Drogennehen an, aber irgendetwas war anders in mir. Ich besaß ein NA-Kärtchen mit einer Adresse, einer Telefonnummer und viel Hoffnung. Dank euch war es das letzte Mal, dass ich Drogen nahm. Ein paar Tage später besuchte ich mein erstes Meeting, eine Gruppe in Havanna mit dem Namen Luz y Vida (Licht und Leben). Zu meiner Überraschung saßen dort andere Süchtige, die, so wie ich, keine Drogen mehr nehmen wollten. Das schockierte mich ganz schön, weil jeder Süchtige, den ich zuvor gekannt hatte, genau das Gegenteil wollte. Ich verstand nicht viel, aber ich wusste, dies war meine letzte Chance, und ich nutzte sie. Ich begann, regelmäßig in drei der vier Gruppen, die damals in Kuba existierten, zu gehen; die vierte Gruppe war in einer Provinz, außerhalb der Hauptstadt.

Erfahrung und Literatur waren knapp, aber der Wunsch der Süchtigen, anderen Süchtigen zu helfen, war immens. Ich integrierte mich schnell in die Gemeinschaft und tat, was man mir riet, nämlich mich um meine Genesung zu kümmern und mich nützlich zu machen. Diejenigen, die bereits da waren, zeigten mir, was ich tun sollte, indem sie mit gutem Beispiel voran gingen. Dank all derer, die ein bisschen zu dem Wachstum von NA in Kuba beigetragen haben, haben wir heute acht Gruppen im Land, sieben davon in der Hauptstadt, wo das Drogenproblem am gravierendsten ist. Es gab Workshops, Meetings und kleine Conventions und schließlich – dank der betrauten Diener und des grenzenlosen Wunsches, anderen Süchtigen zu helfen, mit den Drogen aufzuhören und einen neuen Lebensweg zu finden – hatten wir unsere erste Regions-Convention, die die Erwartungen aller in jeder Hinsicht übertraf. Ich hoffe, es wurden auch die Erwartungen all derer übertroffen, die unsere Insel besuchten, und die uns unterstützten. Wir versuchen nach Kräften, die Gruppen und den Geist von NA am Leben zu erhalten, der in Kuba das erste Mal, aber nicht das letzte Mal in den neunziger Jahren Einzug hielt. Ich bin meinen Vorläufern sehr dankbar und ganz besonders jenen Mitgliedern, die im ersten Meeting der Gruppe Luz y Vida auf mich warteten.

Cesar A, Florida, USA

Warum ich bleibe

Ich weiß noch, als ich clean wurde, da sagten sie Leute immer: „Wir gehen in die Meetings, um zu sehen, was mit den Leuten passiert, die nicht in die Meetings gehen.“ Wir wissen nur zu gut, was mit den Leuten passiert, die nicht in die Meetings gehen. Wir lesen von ihnen in der Zeitung, wir sehen sie in Sträflingskleidung, wir hören von ihnen über andere Leute, die rückfällig geworden und wiedergekommen sind. Wir waren auf vielen Beerdigungen dieser Leute.

Mir wurden vor kurzem recht schmerzhaft zwei Dinge klar. Ich zog nach Sarasota, als ich 18 Monate clean war, und es gab dort ein paar Leute, die zwischen drei und fünf Jahren clean waren. Ich hielt sie für die Gurus. Einer war wie „Papa“ für alle, die clean wurden, und obwohl er damals erst Mitte Dreißig war, dachten wir alle, er sei schon alt. Er war mit einer genesenden Süchtigen verheiratet und sie hatten zwei gut geratene, gesunde, glückliche Jungen. Er besaß ein gutgehendes Geschäft und er führte ein gutes Leben. Dann begannen er und seine Frau von NA abzudriften.

Vor einigen Monaten war ich in einem Meeting und da hörte ich, wie seine Stimme meinen Namen rief, ich drehte mich um, und da stand er. Er war älter und dünner als ich ihn in Erinnerung hatte, und sein Blick war traurig. Er erzählte mir, dass er nach 20 Cleanjahren angefangen hatte, verschreibungspflichtige Medikamente zu missbrauchen, und dass er acht Jahre lang gekämpft hatte, um den Weg zu NA zurück zu finden.

Seine Gesundheit, seine Zähne und seine Ehe waren kaputt. Seine wohlgeratenen Jungen (jetzt erwachsen), die ihren Vater niemals zuvor auf Drogen gesehen hatten, waren enttäuscht und verärgert. Er erzählte mir, dass er sechs Monate lang in die Meetings gekommen war, bevor er jemanden traf, den er kannte. Er ist wieder da und clean, aber der Rückfall und die Scham, die Reue, die Schuld und die Angst, die mit dem Rückfall einhergingen, brachten ihn fast um.

Heute Vormittag bekam ich einen Telefonanruf von einer Freundin, die ich einmal gesponsort hatte. Sie und ihr Mann waren aus der Gegend weggezogen und sie drifteten langsam von NA weg. Nachdem sie umgezogen waren, bekam ich all die Gründe und Rechtfertigungen von ihnen zu hören, wieso sie nicht mehr in die Meetings gingen. Und heute Vormittag erzählte sie mir, dass sie stark trinkt, dass ihre Welt klein geworden ist, und dass sie sich alleine fühlt. Ich hatte diese Frau zehn Jahre lang gesponsort und sie war eine meiner besten Freundinnen. Sie machte Service in diesem Gebiet und sponserte viele Frauen, die heute schon viele Jahre lang bei NA sind. Sie begann zu trinken, als sie gerade 20 Jahre clean war.

Ich bleibe, weil es meine Erfahrung ist, dass diese Scheiße die Leute umbringt. Ich bleibe, weil ich dankbar bin für das Geschenk und ich könnte dieser Gemeinschaft den Rest meines Lebens dienen und wäre dennoch niemals in der Lage, das zurückzugeben, was ich bekommen habe. Ich bleibe, weil NA mein Lebensweg geworden ist. Ich bleibe, weil ich einen gesunden und begründeten Respekt vor der Krankheit Sucht habe – und

ich weiß, was mit den Leuten passiert, die nicht in die Meetings gehen.

Kristi F, Florida, USA

Glück

Der Tiefpunkt und das Glück sind zwei Dinge, die ebenso subjektiv wie unsichtbar sind, und die meisten Menschen wollen sie ihr ganzes Leben lang unbedingt erreichen oder unbedingt von ihnen weg. Wer hätte gedacht, dass man das eine in dem anderen finden kann, aber genau das ist mir passiert.

Als Angehörige einer koreanischen Minderheit in einer Stadt der weißen Mittel- bzw. oberen Mittelschicht aufzuwachsen, klingt so, als wäre das mit vielen Härten verbunden gewesen. Aber das Gegenteil war der Fall, mein Leben war voll unbegrenzter Möglichkeiten, Sport, Musik und alles, was ich wollte. Ich wurde als Baby adoptiert und von dem liebevollsten Elternpaar aufgezogen, das mir eine warmherzige und liebevolle Kindheit boten, und ich hatte einen älteren Bruder, zu dem ich aufsah. Als Kind ging ich zu einem NSYNC-Konzert, als Teenager trug ich coole Kleidung und als ich in der High School war, bekam ich ein Auto. Ich dachte immer, das sei das Beste aus beiden Welten: Ich gehörte zu einer Minderheit, lebte aber das Leben von privilegierten Weißen. Ich lachte immer mit meinen Freunden und kokettierte damit, dass ich eine „schlechte Asiatin“ war. Ich konnte nicht mit Stäbchen essen, kein Wort Koreanisch sprechen, und ich schloss mich den anderen Menschen in meinem Leben so eng wie möglich an.

Der nächste BCC

Das ist deine Chance. Mach mal ganz anders mit beim *The NA Way Magazine*! Schreibe einen Text für dieses Bild und schicke ihn ein, dann kommst du automatisch in unseren Basic Caption Contest. Wir wählen den besten Text aus (und vielleicht auch noch ein paar andere) und der wird dann in einer späteren Ausgabe veröffentlicht. 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.



Sich einfügen, wie alle anderen sein, nicht auffallen; das machte mich *glücklich*.

Durch dieses Glück kam ich schließlich auf Abwege. Als ich 13 war, fing ich an zu trinken und Haschisch zu rauchen. Es fing ganz harmlos damit an, dass ich nach der Schule ein bisschen stoned war, mit Freunden ein bisschen zu viel Pizza aß und dumme Videos ansah, über die wir völlig unkontrolliert lachten. Mit der Zeit aber reichte es mir nicht mehr, meine "harmlose" Droge zu rauchen und ich schmiss Tabletten, zog Lines, nahm Kapseln und schließlich spritzte ich. Mein Untergang kam schnell und es war fürchterlich.

Alle Türen standen mir weit offen, aber ich wählte immer die Drogen. Meine Eltern hatten keine Ahnung von diesem anderen Leben. Ich war gut im Lügen, ich war gut darin, mich zu drücken, und ich hatte damit Erfolg. Ich war ein funktionierender Süchtiger und ich funktionierte recht gut. Ich prahlte damit, dass ich die Männer unter den Tisch trinken konnte, mehr Lines schnupfen konnte oder mehre Tage lang auf Trip gewesen war. Falsche und sinnlose „Leistungen“ – aber ich war wirklich stolz darauf. Ich verkaufte meinen Körper für Drogen, nahm Messer mit zu Drogendeals und fuhr Stunden, nur für ein kurzes High. Kurz vor meinem College-Abschluss zog ich nach vorn und schaffte es auf die Bestenliste des Semesters. Ich war hoffnungslos in Drogen verliebt, aber ich war kein Idiot. Der Kick, den ich spürte, wenn ich losging um Drogen zu beschaffen, oder wenn ich eine Spritze aufzog, war unvergleichlich, und das High selbst unbeschreiblich, euphorisch, surreal. Aber nachdem ich mir Tausende von Dollar in den Arm geschossen hatte, war ich ein Skelett; ich konnte mich nicht einmal mehr selbst im Spiegel erkennen, so eingefallen sah ich aus. Ich versteckte meine Arme, die voller verräterischer Spuren und blauer Flecken waren, aber ich dachte, ich hätte es wiedergefunden – das *Glück*. Ich hatte keine Ahnung, dass das Einzige, was ich gefunden hatte, mein Tiefpunkt war.

Diesmal führte mich das Glück in ein Entgiftungs- und Rehabilitationszentrum, zu Meetings und zur Sponsorschaft. Es führte mich zum Selbsthass, der sich schließlich in Selbstliebe verwandelte. Ich bin jetzt seit fast sechs Jahren clean (Stand vom März 2019). Manche Tage sind einfacher als andere. Ich kämpfe immer noch mit Depressionen und Angstzuständen und verkläre eine Person, die ich heute nicht

mehr bin. Ich habe mich so viele Jahre lang bewusst betäubt, weil ich nichts fühlen wollte, aber jetzt realisiere ich, wie herrlich das Leben sein kann, wenn ich nicht nur körperlich, sondern auch geistig anwesend bin. Ich kann mich in andere hineinversetzen und kann wegen einer traurigen Geschichte weinen und meine Gefühle frei ausdrücken, ohne dass ich einen ständigen Schutzschild brauche. Ich kann die Natur, die Einfachheit und die Schönheit dieser Welt wirklich annehmen. Ich kann über die lustigen Dinge lachen, die meine Katze tut, ohne mir Sorgen machen zu müssen, wie ich meine nächsten Drogen herbekomme. Als jemand, die ihr ganzes Leben lang in dem Glauben gelebt hat, dass sie den Schlüssel zum Glückseligsein gefunden hat, habe ich gelernt, dass es kein Geheimnis zu entdecken und kein Ziel zu erreichen gilt. *Glücklichsein* ist ein kontinuierlicher, lebenslanger Prozess.

Ich bin eine Frau, Angehörige einer Minderheit, und ich bin eine genesende Süchtige. Nicht eines davon macht mich als Ganzes aus, aber alles zusammen ergibt das, was ich bin. Ich bin vollkommen unvollkommen; langsam aber sicher lerne ich jedoch, mich selbst für genau das zu lieben, was ich bin.

Olivia L, Massachusetts, USA

Auf NA-Weise leben

Grüß euch, ich heiße Felipe und bin süchtig und in Genesung und bei bei NA. Ich war Patient in einer psychiatrischen Klinik, in die ich freiwillig gegangen war. Im Krankenhaus lernte ich durch meinen Therapeuten die NA-Botschaft kennen. Ich fühlte mich damals sehr schlecht und völlig am Ende. Ich glaubte letztendlich sogar, dass ich mich nie von diesem körperlichen, geistigen, emotionalen und spirituellen Debakel erholen würde. Mein Körper hörte nicht auf zu zittern und zu vibrieren, und mein Kopf dachte ständig nur an selbstzerstörerische Dinge: Drogen, Kriminalität, Tod, etc. Ich war wirklich in einem ernsten Zustand, weil ich drogenabhängig war und weil ich besessen und gezwungen war, Drogen, inklusive Alkohol

zu konsumieren. Ich aß nicht und pflegte mich nicht. In dieser Einrichtung wurde bei mir Neuropathie und eine Reihe anderer Krankheiten diagnostiziert. Die Neuropathie ist eine Krankheit, die das zentrale Nervensystem angreift und dem Körper alle Vitamine und Energie raubt.

In dieser Zeit führten meine Besessenheit, Unsicherheit, Einsamkeit und meine spirituelle Leere dazu, dass ich nicht mehr leben wollte. Beim Schreiben habe ich das Gefühl, dass ich wirklich weinen möchte, und meine Augen sind voller Tränen, weil ich nie gedacht hätte, dass ich irgendwann einmal auf Drogen verzichten, den Wunsch zu konsumieren verlieren und eine neue Lebensweise entdecken kann. Heute bin ich 31 Jahre alt, und ich bin seit einem Jahr in NA clean. Ich bin glücklich! Das, was ich geschafft habe, der Fortschritt, das Wachstum und die spirituelle Entwicklung, die ich erreicht habe, sind unbeschreiblich.

Meine Mitsüchtigen, meine Freunde und NA-Freunde in Kuba, geben mir jedes Mal viel Liebe, wenn ich mit ihnen teile. Das Wichtigste ist, weiter in mir zu suchen, mich selbst zu entdecken und zu finden, aus meiner Vergangenheit zu lernen, damit ich diese Vergangenheit nicht noch einmal wiederholen muss; und dadurch kann ich drogenfrei bleiben und auf NA-Weise leben. Vielen Dank an alle NAs in Kuba, an das LAZF und an die Weltdienste von NA für all die Hilfe und Unterstützung. Mehr wird offenbart!

Felipe,* Havana, Cuba

Nachdruck aus dem [The NA Way Magazine vom April 2013](#)



* Der Name wurde geändert, um die Identität zu schützen.

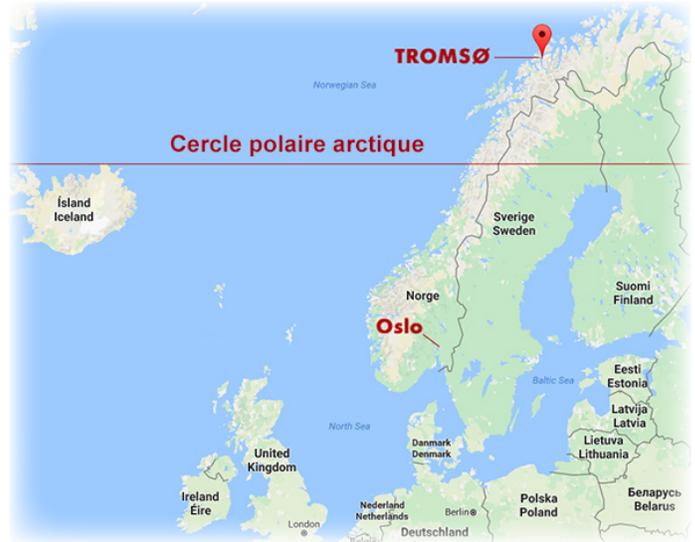


ENTWICKLUNG DER GEMEINSCHAFT

Gemeinschaftsentwicklung jenseits des Polarkreises

Im Sommer 2018 flog ich von Oslo, im Süden Norwegens, nach Tromsø, weit im Norden jenseits des Polarkreises, wo eine NA-Konvention stattfand. Unser [Unterkomitee für die Entwicklung der NA-Region Norwegen](#) wurde eingeladen, um einige Workshops abzuhalten. Das Gebiet Nord besteht aus neun Gruppen, die über 1.192 Kilometer verstreut sind, wenn man durch Schweden und Finnland fährt, und sogar noch weiter, wenn man durch das bergige Gebiet Norwegens fährt. Das Klima dort ist ziemlich rau: Ich verließ Oslo bei Temperaturen von 25 Grad Celsius und landete in Tromsø bei 7 Grad Celsius.

Dennoch existiert Narcotics Anonymous hier oben, und die NA-Gemeinschaft lebt und blüht. Die Mitglieder reisten von weither zur Convention an, Leute aus Gruppen im Norden und auch einige Mitgliedern aus dem Süden nahmen die Reise auf sich. Manche fuhren tagelang auf dem Motorrad her.



Wir wurden gebeten, einen Workshop zu dem [Diskussionsthema Atmosphäre der Genesung im Service](#) zu moderieren, also übersetzte ich die Präsentation und die Materialien der Weltdienste ins Norwegische. Ich war ein wenig besorgt, wie das funktionieren sollte, da ich einen solchen Workshop das erste Mal machte. Drei Tische waren von Mitgliedern belegt, die in Gruppen arbeiteten, und wir hatten einige interessante Antworten und lebhaftere Diskussionen.

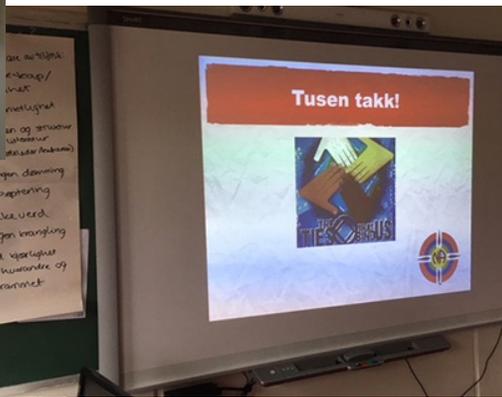
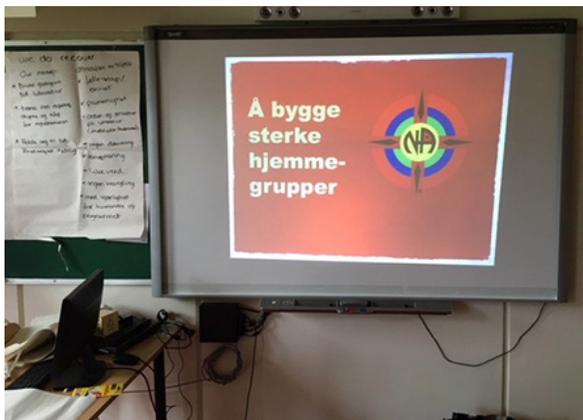
Am folgenden Tag ging es um das Thema *Aufbau starker Stammgruppen* und wir freuten uns, dass 15 Mitglieder teilnahmen. Diese Sitzung war etwas gründlicher und detaillierter, aber die

Mitglieder beteiligten sich aktiv, tauschten sich über Lösungen aus und waren froh über diese Art von Workshop.

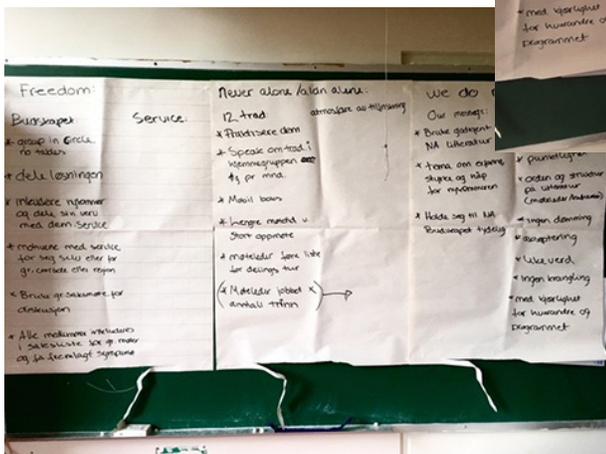
Den Rest der Convention gab es viele Sprechermeeetings, Unterhaltung und einen Countdown, und das Energielevel und das Begeisterungslevel waren ziemlich hoch.

Die Entwicklung der Gemeinschaft ist in den Gebieten, die überall in der norwegischen Region verstreut sind, sehr wichtig. Einige Gruppen, ja selbst ganze Gebiete, sind ziemlich isoliert. Dennoch scheint NA auch hier oben zu wachsen. Schließlich gibt es ja überall Süchtige.

Monica A, Moss, Norwegen



Fotos: Joe T, Oregon, USA



NA in Kuba

Die Geschichte und Entwicklung von NA in Kuba wurde in einem Artikel von Mauro G. aus Venezuela im [NA Way Magazine vom April 2013](#) veröffentlicht:

Die ersten Meldungen über das Bestehen von NA in Kuba gehen auf Januar 1999 zurück und es bestand bis 2004. Lange Zeit erreichten uns keinerlei Informationen über NA in Kuba, 2009 hörten wir, dass sich dort offensichtlich doch einiges tat, also versuchten wir Mitte 2010 Kontakt aufzunehmen.... NA-Mitglieder, die aus Kanada, Ecuador, Panama, Puerto Rico, den USA und Venezuela nach Kuba reisten, traten mit den NA-Mitgliedern auf der Insel in Kontakt. . . und allmählich gingen Hilfsanfragen von kubanischen Mitgliedern bei uns ein. . . . Das [Zonale Forum Lateinamerika](#) plante gemeinsam mit NA World Services die erste Reihe von Veranstaltungen zur Unterstützung der Entwicklung der Gemeinschaft in Kuba. Das erste Treffen fand im März 2011, in der kubanischen Stadt Aguada de Pasajeros in der Provinz Cienfuegos, statt. Im November 2011 fand eine zweite Veranstaltung in Havanna statt, gefolgt von einer dritten Veranstaltung im September 2012, ebenfalls in Havanna. . . . Wir sind dankbar für jeden, der bedingungslos mit NA Kuba zusammengearbeitet hat! Gemeinsam gibt es keine Grenzen, wenn wir die NA-Botschaft zu den Süchtigen bringen, die noch leiden!

Seitdem ist die kubanische NA-Gemeinschaft mit der Unterstützung engagierter NA-Mitglieder, des LAZF und der Weltdienste weiter gewachsen und hat sich gefestigt. Im Januar 2017 und 2018 kamen kubanische Mitglieder bei einer Veranstaltung zusammen, um das 18. und 19. Jubiläum der Ankunft der NA-Botschaft in Kuba zu feiern. Im August 2018 wurden etwa 200 Kreuzfahrtpassagiere von der kubanischen NA-Gemeinschaft herzlich begrüßt, die an einer Kreuzfahrt nach Kuba teilnahmen, die von den Weltdiensten vor der Convention veranstaltet wurde.

Heute gibt es dort acht aktive Gruppen, 22 Meetings pro Woche und ca. 180 Mitglieder. Als Schwellen-Gemeinschaft fand es Kuba hilfreich, einen Teil der Vorschläge für das Servicesystem in seine Servicestruktur aufzunehmen. Die Region hat ein lokales Service Board (LSB) und zwei Group Support Foren (GSFs). Im Januar 2019 fand in Havanna die erste regionale Convention in Kuba mit mehr als 500 Teilnehmern statt – weit mehr als erwartet! Etwa 60 kubanische NA-Mitglieder nahmen an dieser Veranstaltung teil, die eine wichtige Etappe darstellt und die auch von Mitgliedern aus Kanada, Israel, Italien, den Niederlanden, Russland, Schweden, Tansania und den Vereinigten Staaten sowie Mitgliedern aus den meisten lateinamerikanischen Regionen unterstützt wurde.



Cuba Project 2012, Latin American Zonal Forum, Unity Without Borders

Auf der ersten Kuba-Convention von NA haben wir Mitglieder gefragt:

„Was hat dir dein Sponsor immer und immer wieder erzählt?!“

Schreibe die Schritte, lies die Traditionen und lebe das Leben nach den Prinzipien des Programms. *Ernesto (10 Monate clean)*

Kümmere dich um die Neuankömmlinge. *Anonym (2 Jahre clean)*

Drogennehmen ist keine Lösung, egal was passiert. *Dayrom (1 Jahr clean)*

Komm wieder. *Joel (2 Jahre clean)*



Jose Luis A, San Juan, Puerto Rico



Andrey G, Kalifornien, USA



Bob W, New York, USA





Andrey G, Kalifornien, USA



„Was verstehst du unter diesem Prinzip, wie praktizierst du es in deinem heutigen Leben, und inwiefern unterscheidet es sich von dem, wie du es in der Vergangenheit verstanden und praktiziert hast?“

LIEBE: Ich kann nur mit spirituellen Prinzipien lieben. Früher kaufte ich mir die Anerkennung meiner Familie, indem ich den Familienmitgliedern materielle Dinge schenkte, und ich dachte, das sei dasselbe wie Liebe schenken. Ich war sehr wirr im Kopf. Liebe fühlte ich zum ersten Mal in den NA-Gruppen, und als ich anfing, mich zu ändern, da fühlte ich Liebe. *Kiko (7 Monate clean)*

ANNAHME: Annahme habe nie ehrlich praktiziert, weil ich mich weniger wert fühlte als alle anderen. Ich habe zugegeben, dass ich krank bin, und heute kann ich mich selbst ein wenig mehr akzeptieren. *Yaquelin (41 Stunden clean)*

EINIGKEIT: Ich verstehe unter Einheit etwas, das praktisch ist. Ich versuche immer, die Einheit in meiner Stammgruppe und in den Servicemeetings aufrechtzuerhalten, und ich praktiziere sie mit meiner Familie. In meiner Stammgruppe war ich eine Zeitlang mit einigen Mitgliedern über Kreuz und ich habe meinen Dienst nicht gerade gut gemacht. Dann wurde mir klar, dass ich trotz der Unterschiede mit der Gruppe verbunden bleiben muss. Nachdem ich dies akzeptiert hatte, wuchs ich spirituell und konnte zum Wachstum der Gruppe beitragen. *Lester (3 Jahre clean)*

KAPITULATION: Wenn ich akzeptiere, dass ich heute ein Süchtiger in Genesung bin, strecke ich die Waffen, und ich beginne, den NA-Weg zu praktizieren und zu leben, indem ich in die Meetings gehe und nur eine Sache in meinem Leben ändere: „Alles“. *Carlos (2 Jahre clean)*

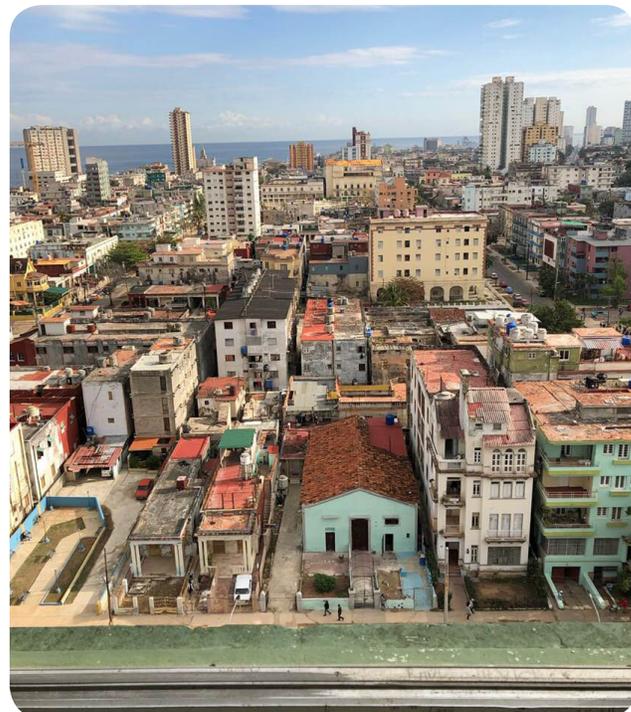


Liebe in NA

Mir wurde noch nie in meinem Leben so viel Liebe entgegengebracht, wie in NA. Vielleicht wusste ich einfach nie, was Liebe ist, bevor ich zu NA kam. Vor kurzem wurde mir gesagt, dass ein Video, das wir während des ersten Lateinamerikanischen Zonalen Forums hier in Kuba gedreht haben, auf der Weltdienstkonferenz 2012 gezeigt wurde. Wir haben das Video hier mehrmals gesehen und ich wurde davon sehr bewegt. Als das Video gedreht wurde, hätte ich nie gedacht, dass es so weit reisen würde. Im November 2011 hatten wir dann die zweite LAZF-Veranstaltung, und erst kürzlich im September 2012 die dritte, um NA in Kuba zu unterstützen. Jede davon war sehr erfolgreich. Jetzt haben wir in Kuba sechs Gruppen, zehn Meetings pro Woche, mehr als 60 Mitglieder und ein lokales Servicekomitee, das PR/PI- und K&E-Arbeit macht. Danke für all die Liebe, die wir von euch bekommen haben. Ich hoffe, euch immer wieder zu sehen, damit ich den Rest meines Lebens mit euch teilen kann. Mit Liebe,

Yanela, Havanna, Kuba*

Nachdruck aus dem *The NA Way Magazine* vom April 2013



Bob W, New York, USA

Bitte hört nicht auf

Ich gehörte zu dem Organisationskomitee zur Vorbereitung von drei Kooperationsveranstaltungen, die das Lateinamerikanische Zonale Forum nach Kuba gebracht hat. Ich möchte dem LAZF und NA World Services für ihre Hilfe danken. NA nahm in Kuba 1999 seinen Anfang, verschwand dann aber zwischen 2004 und 2009 wieder. 2009 haben wir dann wieder einen Anfang gemacht. Wir dachten, wir wären isoliert, allein, unfähig, mit euch in Kontakt zu treten. Eines Tages tauchten jedoch mehrere NA-Mitglieder unabhängig voneinander in unseren lokalen Meetings auf – aus Ecuador, Panama, Venezuela, Kanada und anderen Ländern – und so kamen wir richtig in Verbindung mit NA auf der übrigen Welt. Im Traum hätte ich nicht daran gedacht, dass ich einmal NA-Literatur zuhause oder in den Gruppen haben würde, denn der Durchschnittslohn in Kuba (derjenigen mit dem höchsten Gehältern/Löhnen) beträgt zehn bis fünfzehn Dollar pro Monat – und so viel kostet bereits ein NA-Buch, wie z. B. der Basic Text. Wir haben auch keinen kostenlosen Zugang zum Internet oder zu anderer NA-Literatur, und das schuf Verzweiflung und Hoffnungslosigkeit, aber als wir Hilfe vom LAZF und den Weltdiensten von NA zu bekamen, wurde für uns alles einfacher und besser zugänglich. Heute wissen wir, dass wir auf euch zählen können. NA Kuba steht nicht alleine da. NA ist viel größer als wir glaubten. Wir sind zusammen und im Geiste mit euch allen vereint. Bitte hört nie auf, uns zu besuchen und mit uns zu teilen.

Javier, Havanna, Cuba*

Nachdruck aus dem *The NA Way Magazine* vom April 2013



Bob W, New York, USA

* Name has been changed to protect identity.

Eine schöne Geste

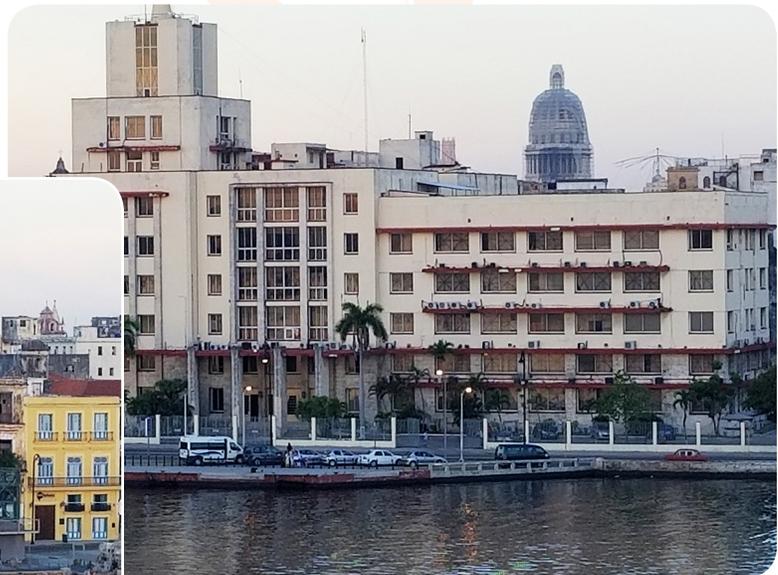
Bei der dritten LAZF-Veranstaltung für NA in Kuba, die im September 2012 stattfand, wurde mir ein Exemplar von *Es funktioniert: Wie und Warum* geschenkt. Man sagte mir, dass ein Mitglied aus Venezuela, das seit mehr als 25 Jahren in NA clean ist, es für mich geschickt hat, und dass dieses Mitglied an einer schweren Krankheit leidet, an der es wahrscheinlich bald sterben würde. Es bat einen der betrauten Diener aus Venezuela, sein Buch der Person zu übergeben, die das Eröffnungsmeeting der Veranstaltung leitete. An diesem Tag machte ich, dank Gott und wie die Dinge in NA laufen, Service. Ich war sehr glücklich, als mir dieses Buch überreicht wurde. Ich hatte kein Exemplar von *Es funktioniert*, und ich hätte mir noch lange keines kaufen können, obwohl die NA-Literatur hier aufgrund unserer wirtschaftlichen Situation derzeit zu einem niedrigen Preis verkauft wird. Danach beschloss ich, einen Brief an das NA-Mitglied in Venezuela zu schicken, das mir das Buch schenkte, um ihm für eine so schöne Geste zu danken und ihm zu sagen, wie glücklich ich über seine großzügige Geste war, und wie sehr ich davon profitierte. Ich werde bald den ersten Cleangeburtstag feiern, und ich liebe NA. Es ist wirklich das einzige Lohnenswerte. Hier in NA fand ich meinen Partner, meine Arbeit, meine besten Freunde, alles. Sie retteten mein Leben. Vielen, vielen Dank!

Dalian,* Havanna, Cuba

Nachdruck aus dem *The NA Way Magazine* vom April 2013



Bob W, New York, USA



Stella S, Massachusetts, USA



Wir haben ein neues Buch in Arbeit



*Eine Zusammenstellung unserer
Erfahrungen mit der Anwendung
spiritueller Prinzipien im
täglichen Leben*

Geht auf www.na.org/spad Dort könnt ihr online Material einreichen und/oder die Materialien finden, die ihr bei der Ausrichtung eines großen oder kleinen Workshops verwenden könnt

In den kommenden drei Jahren wollen wir mit rollierenden Terminen Material zu verschiedenen spirituellen Prinzipien sammeln. Die Projektwebseite (www.na.org/spad) wird regelmäßig aktualisiert, sodass sie den aktuellen Fokus reflektiert. Wir hoffen, dass interessierte Mitglieder – einzeln oder in Gruppen – die spirituellen Prinzipien, auf die sie sich zu einem bestimmten Zeitpunkt konzentrieren, in Workshops behandeln und die „gesammelten Werke“ einsenden. Bitte plant regelmäßige Treffen mit euren Freunden, Sponsees oder Mitgliedern eurer Stammgruppe, wenn ihr mitmachen wollt, oder gründet über euer lokales Servicegremium eine projektbezogene Arbeitsgruppe oder ein Ad-Hoc-Komitee. Da wir die Entwürfe auf der Grundlage eurer Texte und Ideen erstellen, werden wir die Gemeinschaft auffordern, die Arbeit zu prüfen und zusätzlich Anregungen zu geben. Lange Rede, kurzer Sinn: Wir brauchen dich! Vielen Dank schon im Voraus für die Hilfe.

Prinzipien und Zitate für die weitere Arbeit bis Ende JUNI 2019:

***Verzeihen • Güte • Ausdauer • Praktische Anwendung • Achtung
Verantwortung • Dienst • Schlichtheit • Verständnis***

www.na.org/spad

Ihr könnt euren Input online
(www.na.org/spad),
per E-Mail (spad@na.org),
oder postalisch (SPAD; 19737 Nordhoff Place;
Chatsworth, CA 91311 États-Unis) einreichen



SERVICE CENTER

NA World Services Web-Meetings sind eine gute Möglichkeit, um:

- mit anderen NA-Mitgliedern im Service in Kontakt zu treten, um Ideen und Erfahrungen auszutauschen.
- dort, wo du lebst, und auf der ganzen Welt zum Wachstum von NA beizutragen.
- Werkzeuge zu entwickeln, die es den Dienstgremien ermöglichen, unserer Gemeinschaft besser zu dienen.
- mitzumachen, um die NA-Botschaft an Süchtige weiterzugeben, die Genesung suchen.

Alle Mitglieder sind eingeladen, an den laufenden Web-Meetings teilzunehmen, die von den Weltdiensten von NA veranstaltet werden. Einige der Diskussionen in den Web-Meetings haben zu neuen Servicetools geführt, wie z.B.:

- ✓ Public Relations: Phoneline Basics (Grundlagen für Helplines/Telefondienst) [www.na.org/PR]
- ✓ Local Service Toolbox: Consensus-Based Decision Making (CBDM) (Grundlagen der konsensualen Beschlussfassung) [www.na.org/toolbox]
- ✓ Conventions and Events (Conventions und Veranstaltungen): The Program Committee & Development of the Program (Programmkomitee + Programmentwicklung) [www.na.org/conventions]

Und wir arbeiten weiterhin an anderen Tools und Ressourcen, deshalb fordern wir euch zur Teilnahme und zu Rückmeldungen auf. Besucht www.na.org/webinar für aktuelle Infos und wenn ihr teilnehmen wollt. Wir brauchen eure Ideen und euren Input!



Diskussionsthemen

IDTs sind Themen, die von Mitgliedern in NA-Gemeinschaften auf der ganzen Welt diskutiert werden, um ein tieferes Nachdenken über relevante Themen zu fördern und dazu beizutragen, die Einheit in Gruppen und Dienstgremien zu stärken. Ihr könnt die Ergebnisse eurer Gespräche an das [World Board](http://www.na.org/worldboard) schicken und so die gemeinschaftsweiten Ressourcen und Dienste mitgestalten. Wir empfehlen euch, die Mitglieder eurer NA-Gemeinschaft in Workshops oder Gesprächen zu den drei Themen 2018–2020 einzubinden:

- Die Botschaft von NA weitergeben und NA attraktiv machen
- Den Service für die NA-Mitglieder attraktiv machen
- Substitutionstherapie und medikamentös unterstützte Therapie und NA

Ihr könnt die Workshop-Vorlagen, die PowerPoint-Folien, das Informationsmaterial und andere Materialien für die Themendiskussionen oder Workshops online unter www.na.org/idt finden. Bitte schickt die Ergebnisse eurer Workshops an worldboard@na.org.



Buchprojekt Spirituelle Prinzipien für jeden Tag

Wir sammeln auch Beiträge von Mitgliedern zu einer Auswahl spiritueller Prinzipien. Bitte überlegt euch, ob ihr eure Erfahrung mit dem Leben nach spirituellen Prinzipien einreichen möchtet. Besucht www.na.org/spad. Dort findet ihr weitere Informationen, Workshop-Materialien und dort könnt ihr auch alles über ein Online-Formular einreichen.



Informationsbroschüre Psychische Gesundheit/Krankheit

Interessiert an einem anderen Literaturprojekt? Dann informiert euch über das Projekt Informationsbroschüre Psychische Gesundheit/Krankheit, macht mit und besucht www.na.org/mhmi.



Besondere Tage in NA

Die Weltdienstkonferenz 2018 genehmigte mehrere Anträge auf die Einführung besonderer Tage, ähnlich dem bereits eingeführten Einigkeitstag. Wir möchten euch alle auffordern, darüber nachzudenken und zu besprechen, wie eure Gemeinschaft diese Tage begehen möchte.

Servicetag: 1. Mai 2019

PR-Woche: Erste Woche im Juni 2019.

Sponsorschaftstag: 1. Dezember 2019

Bleibt auf dem Laufenden über alles rund um die Weltdienstkonferenz.

Regelmäßige Updates der Termine, Umfragen, Dokumente und Projekte auf:

www.na.org/conference

SERVICETAG

*Im Dienst
können wir
eine Menge
über unsere
Spiritualität
erfahren.*

Clean leben,
Kapitel Drei
»Ein spiritueller Weg«

Auf Wunsch der Weltdienstkonferenz
2018 wollen wir spezielle Tage,
ähnlich dem Einigkeitstag, einführen.

Der **Servicetag** soll am 1. Mai stattfinden,
die **PR-Woche** in der ersten Juniwoche
(3. Bis 9. Juni), der **Einigkeitstag** am 1.
September und der **Sponsorschaftstag** am
1. Dezember. In Zukunft werden diese
Veranstaltungen jedes Jahr stattfinden.

Bitte denkt darüber nach und
diskutiert, wie eure Gemeinschaft
diese Tage feiern möchte.

Ideen und Anregungen für Aktivitäten
an diesen besonderen Tagen, schickt
bitte an: worldboard@na.org.

MITTWOCH • 1. MAI 2019



MEETINGSSCHNAPPSCHUSS

Die NA Gemeinschaften sind eingeladen, uns Fotos ihrer Meetingsorte und Veranstaltungen zu schicken. Es tut uns leid, aber wir können keine Fotos akzeptieren, auf denen NA-Mitglieder zu erkennen sind. Bitte nennt den Namen der Gruppe/der Veranstaltung, den Ort, wie lange sie schon existiert, das Format oder besondere Gepflogenheiten, und was sie zu etwas Besonderem in eurer NA-Gemeinschaft macht. Bitte schickt eure Beiträge an naway@na.org.

Der Elfte Schritt ...und dann noch ein paar andere



Die Gruppe *The Eleventh Step and Then Some* eröffnete am 11. September 2006 ihr erstes Meeting, ein winziger Same, den ein langjähriges (mittlerweile verstorbene) Mitglied in Philadelphia, Pennsylvania, USA, gesät hatte. Mit der Eröffnung des Meetings konnten die Leute jeden Mittwochabend ihre Erfahrungen teilen, wie man den bewussten Kontakt mit einer Höheren Macht, wie jeder sie versteht, pflegen und verbessern kann.

Dass wir unsere Gruppe als „Elftes-Schritt-Meeting“ bezeichnen, verursachte erst etwas Skepsis, dass sich Leute, die den Elften Schritt noch nicht gearbeitet hatten, nicht willkommen fühlen. Doch die letzten Jahre haben genau das Gegenteil bewiesen! Ein Strom von neuen Leuten in der Genesung kommt in Meeting. Wir glauben und haben auch selbst gesehen, dass neuere Mitglieder so tiefere Einblicke in die spirituellen Prinzipien des NA-Programms gewinnen und sich so ein solides Fundament schaffen können.

Auf dem Campus des Colleges gibt es nur wenige NA-Meetings. Unsere Stammgruppe bietet Literatur an, um die Botschaft von Narcotics Anonymous an die Studenten weiterzugeben, und wir stellen Materialien oder Literaturressourcen für Studenten und Mitarbeiter der Studentenberatung zur Verfügung. Wenn ein Student Hilfe braucht, sind wir da.

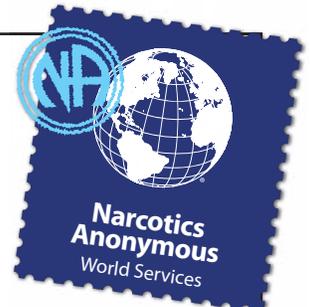
Unser Konzept und das Gruppengewissen haben unser Meeting zu einem offenen Meeting gemacht, also sind alle willkommen. Es ist immer offen für jeden, der Genesung sucht. Unser kleiner Chair und die reichlich vorhandene Literatur erinnern uns daran.

Paula B, Pennsylvania, USA

Erste NA PR-Woche

3. - 9. Juni 2019

Wir sind *alle* PR



PR-Ausschüsse der Gebiete, Regionen und Zonen sind aufgefordert, Aktivitäten zu planen, um den PR-Service und NA zu stärker ins Bewusstsein zu rücken.

Bis zum 31. Mai 2019 10% Rabat bei bestimmten PR-Tools.

Informationen und Ideen gibt es unter: www.na.org/pr_act

Fragen? worldboard@na.org PR-Woche-Fotos: pr@na.org



KALENDER

Mehrtägige Veranstaltungen und solche, die zwischen die Publikationsdaten fallen, werden entsprechend dem Online-Plan gedruckt. Um Veranstaltungen einzugeben oder um auf die Veranstaltungsdaten zuzugreifen, geht bitte zum Kalender: www.na.org/events. (Wer keinen Internetzugang hat, kann uns die Veranstaltungsinfos per E-Mail schicken oder faxen: 818.700.0700 c/o NA Way; oder The NA Way; Box 9999; Van Nuys, CA 91409 USA.)

Barbados

14-17 Nov; Barbados Area Convention; Barbados Beach Club, Christ Church; speaker tape deadline: 31 Jul; nabarbados.org

Weißrussland

23-25 Aug; First Belarus Area Convention; Minsk City Palace of Culture, Minsk; na-rb.by

Kanada

Alberta 17-19 May; Unity Begins with U; Acadia Recreation Centre (ARC), Calgary; chinookna.org

British Columbia 3-5 May; South Vancouver Island Area Convention; Saanich Fairgrounds, Saanichton; svina.ca

2) 14-16 Jun; Serenity by the Lake; Morning Star, West Kelowna; <http://www.bcna.ca/>

Ontario 10-12 May; Ontario Regional Convention 32; Ambassador Hotel & Conference Centre, Kingston; orcna.ca

Dänemark

2-4 Aug; Convention & Camp 12; Audonicon, Skanderborg; namidtyjylland.dk

Litauen

17-18 Aug; Baltic Convention 17; Kulturos Fabrikas, Klaipeda; lietuvos-na.lt

Portugal

1-2 Jun; First Linha de Sintra Area Convention; Centro Cultural Olga Cadaval, Sintra; na-pt.org

Schweiz

19-21 Jul; European Conference and Convention 35; Park Platzspitz, Zurich; eccna.eu

Königreich Großbritannien

25-26 May; East Coast of Scotland Area Convention; The Hilton DoubleTree, Aberdeen; ukna.org

Vereinigte Staaten

Arizona 24-26 May; Arizona Regional Convention 33; Scottsdale Double Tree, Scottsdale; arizona-na.org

2) 16-18 Aug; Productive Members of Society Women's Spiritual Retreat; Cabins on Strawberry Hill, Strawberry; event info: Productive Members of Society Group; PO Box 27301; Phoenix, AZ 85061

Kalifornien 3-5 May; Greater East Los Angeles Area Convention 5; DoubleTree Whittier, Whittier; greatereastlosna.com

Florida 24-27 May; Gold Coast Area Convention 29; Bonaventure Resort & Spa, Weston; goldcoastna.org

2) 21-23 Jun; Area de Habla Hispana del Sur Florida Convention 12; Hotel Ramada Marco Polo Resort, Miami; ahhsf.org

3) 21-23 Jun; East Coast Convention; Florida Gulf Coast University, Fort Myers; eccna.org

4) 4-7 Jul; Florida Regional Convention 38; Rosen Centre Hotel, Orlando; frcna.com

Georgia 22-26 May; A Little Girl Grows Up Women's Convention; Atlanta Hilton Hotel, Atlanta; alittlegirlgrowsup.org

2) 19-21 Jul; Peace in Recovery 30; Marriott Augusta Hotel & Suites, Augusta; csra.grscna.com

3) 8-11 Aug; Midtown Atlanta Area Convention 27; Hilton Atlanta Airport, Atlanta; midtownatlantana.com

Kansas 4-7 Jul; Mid-America Regional Campout 41; Chautauqua Park, Beloit; marscna.net

Louisiana 17-19 May; Louisiana Regional Convention 37; Clarion Inn, Covington; lrcna.org

Maryland 17-19 May; Spiritual in Nature Retreat; Camp Letts, Edgewater; nefaspiritualretreat.com

Massachusetts 12-14 Jul; First Greater Worcester Area Convention; Sheraton Framingham Hotel & Conference Center, Framingham; Speaker tape deadline: 30 Apr; gwacna1.wixsite.com/gwacna1

2) 2-4 Aug; In the Spirit of Unity; Tower Square Hotel, Springfield; wmacna.org

Michigan 4-7 Jul; Michigan Regional Convention 35; Shanty Creek Resort, Bellaire; michigan-na.org

New Jersey 7-9 Jun; Greater Philadelphia Regional Convention 30; Crowne Plaza, Cherry Hill; naworks.org

2) 2-4 Aug; New Jersey Regional Convention 34; Crowne Plaza, Cherry Hill; njrcna.com

New York 3-5 May; Buffalo Inner City Convention 2; Buffalo Grand Hotel & Convention Center, Buffalo; nawny.org

2) 13-16 Jun; Rochester Area Convention 25; Rochester Riverside Hotel, Rochester; rochesterny-na.org

North Carolina 31 May-2 Jun; Greater Charlotte Area Convention 29; Sheraton Downtown, Charlotte; charlotte-na.org

Ohio 24-26 May; Ohio Convention 37; Cleveland Marriott East, Warrensville Heights; nabuckeye.org

Oregon 3-5 May; Pacific Cascade Regional Convention 24; Ashland Hills Hotel, Suites & Convention Center, Ashland; pcrnaconvention.org

South Dakota 2-11 Aug; Sheridan Lake Campout 25; Squirrel Group Campsite, Hill City; event info: 605.787.2872

Tennessee 16-18 Aug; Greater Nashville Unity Convention 15; Millennium Maxwell House Hotel, Nashville; www.nanashville.org

Texas 16-19 May; Rio Grande Regional Convention 30; Wyndham El Paso Airport Hotel and Water Park, El Paso; riograndena.org

2) 24-26 May; Texas State Convention 17; Radisson Fort Worth North-Fossil Creek, Fort Worth; tscna.org

Utah 31 May-2 Jun; Southern Utah Area Convention 12; Hilton Garden Inn, Saint George; nasouthernutah.org

2) 7-9 Jun; Celebration of Recovery; American Legion Hall, Vernal; nautah.org

Virginia 3-5 May; Rappahannock Area Convention 2; Hospitality House Hotel, Fredericksburg; rappahannockareaofna.com

2) 24-27 May; Marion Survivors Group Campout 24; Hungry Mother Lutheran Retreat Center, Marion; event info: mfisher71@hotmail.com; Marion Survivors Group; 139 W Main Street; Marion, VA

NAWS Produktinfo

Anstecker zur Erinnerung an den Servicetag

Anlässlich des ersten weltweiten NA Servicetags ist dieser farbige Anstecker ab der ersten Aprilwoche in limitierter Auflage und nur für eine begrenzte Zeit erhältlich.

Artikel-Nr. 9600 Preis USD 5,00/4,45 EUR



Poster-Set Zwölf, Schritte, Traditionen und Konzepte

Neu aufgemachte Poster in kleinerem Format (44,45 x 58,42 cm) – genau richtig für Gruppen und Servicegremien mit wenig Platz an der Wand.

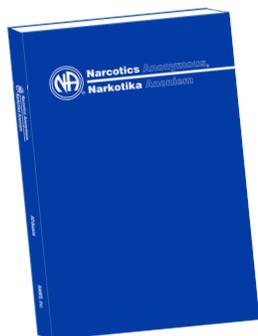
Artikel-Nr. 9170 Preis USD 5,00/4,45 EUR



Afrikaans

Fünfte Ausgabe Basic Text
Narkotika Anoniem

Artikel-Nr. AF1101
Preis USD 8,30/7,25 EUR



Ungarisch

Hinter Gittern
Rács mögött

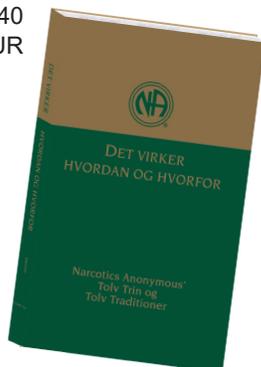
Artikel-Nr. HU11601
Preis USD 1,00/0,87 EUR



Dänisch

Es funktioniert: Wie und Warum
Det virker: hvordan og hvorfor

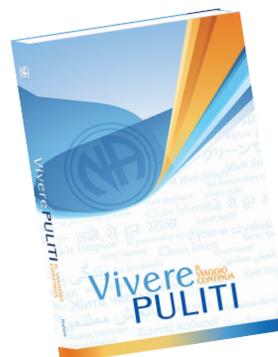
Artikel-Nr. DK1140
Preis USD 9,55/8,40 EUR



Italienisch

Clean Leben: Die Reise geht weiter
Vivere puliti: Il viaggio continua

Artikel-Nr. IT1150
Preis USD 10,35/8,15 EUR





Odia

Faltblatt Nr. 7:
ନିଶାସବୁ କି ?

Artikel-Nr. OR3107
Preis USD 0,25/0,22 EUR

Poster mit dem NA- Servicegebet
Neu zu unserem vorhandenen Set
hinzugekommen.
(zugunsten der besseren Lesbarkeit
vor kurzem neu gestaltet)

Portugiesisch

Artikel-Nr. PO9078 Preis USD 1,55/1,45 EUR

Portugiesisch (Brasilianisch)

Artikel-Nr. PB9078 Preis USD 1,55/1,45 EUR

Spanisch

Artikel-Nr. SP9078 Preis USD 1,55/1,45 EUR

Bald erhältlich

Arabisch

Es funktioniert: Wie und Warum

إنه ينجح

Artikel-Nr. AR1140 Preis USD 9,55/8,40 €

Chinesisch

Fünfte Ausgabe Basic Text

匿名戒毒会

Artikel-Nr. CH1101 Preis USD 8,30/7,25 EUR

Lettisch

Fünfte Ausgabe Basic Text

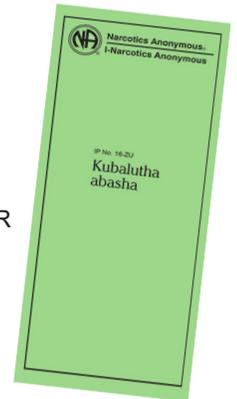
Anonīmie Narkomāni

Artikel-Nr. LV1101 Preis USD 8,30/7,25 EUR

Zulu

Faltblatt Nr. 16:
Kubalutha abasha

Artikel-Nr. ZU3116 Preis USD 0,25/0,22 EUR



Faltblatt Nr. 22:
Siyakwamukela kwa-Narcotics Anonymous

Artikel-Nr. ZU3122 Preis USD 0,25/0,22 EUR



Aus dem Programm genommen

Basic Text-Ausgabe zum
30. Jahrestag

Die Basic Text-Ausgabe zum 30. Jahrestag wurde aus dem Programm genommen und ist möglicherweise zu einem späteren Zeitpunkt wieder verfügbar.

Triplate-Medaillen in Gold,
Perl und Schwarz

Werden aus dem Programm genommen, wenn sie ausverkauft sind.

