

Ko, šta, kako i zašto

Ko je zavisnik?

Većina nas ne mora da se zamisli nad ovim pitanjem. Mi znamo! Čitav naš život i misli su se na ovaj ili onaj način vrteli oko droge – nabavljanje, drogiranje i pronalaženje načina i sredstava da se dođe do još. Živeli smo da bismo se drogirali, a drogirali smo se da bismo živeli. Vrlo jednostavno, zavisnik je muškarac ili žena čijim životom upravlja droga. Mi smo ljudi u kandžama progresivne bolesti čiji kraj je uvek isti: zatvori, ustanove i smrt.

Šta je to Narcotics Anonymous program?

NA je neprofitno udruženje ili društvo muškaraca i žena kojima je droga postala ozbiljan problem. Mi smo zavisnici u oporavku koji se redovno sastaju da bi jedni drugima pomagali da ostanemo čisti. Ovaj program podrazumeva potpunu apstinenciju od svih droga. Postoji samo jedan uslov za članstvo, a to je želja da se prestane s drogiranjem. Predlažemo vam da budete otvorenih shvatanja i date sebi šansu. Naš program čine principi koji su tako jednostavno napisani da možemo da ih primenjujemo u svakodnevnom životu. Najvažnije u vezi s njima je da oni rade.

NA ne nameće nikakve obaveze. Nismo povezani ni sa jednom drugom organizacijom. Kod nas se ne plaća članarina, ne potpisuje se ugovor, niti se daju obećanja. Nismo povezani ni sa jednom političkom ili verskom organizacijom, državnim organima niti smo pod bilo čijim nadzorom. Može da nam se pridruži svako, bez obzira na starost, rasu, seksualno opredeljenje, uverenja, versku pripadnost ili odsustvo iste.

Nas ne zanima šta ste i koliko ste uzimali, ko su vam bile veze, šta ste radili u prošlosti,

niti koliko čega imate. Zanima nas jedino šta želite da uradite u vezi sa svojim problemom i kako vam mi u tome možemo pomoći. Nova osoba je najvažnija na svakom sastanku, jer jedino davanjem možemo sačuvati ono što imamo. Iz iskustva naših grupa naučili smo da oni koji redovno dolaze na sastanke ostaju čisti.

Zašto smo ovde?

Pre nego što smo došli u Udruženje NA, mi nismo mogli da upravljamo svojim životom. Nismo mogli da živimo i uživamo u životu kao drugi ljudi. Morali smo da imamo nešto posebno i mislili smo da smo to pronašli u drogama. Stavili smo drogiranje pre dobrobiti naših porodica, žena, muževa i dece. Morali smo da imamo drogu po svaku cenu. Povredili smo mnogo ljudi, ali smo najviše štete naneli sami sebi. Nesposobni da prihvatimo ličnu odgovornost, stvarali smo sebi probleme. Kao da smo bili nemoćni da se suočimo sa životom kakav on zaista jeste.

Bili smo svesni da polako izvršavamo samoubistvo, ali zavisnost je toliko prepređeni neprijatelj života da smo izgubili moć da bilo šta uradimo u vezi toga. Mnogi od nas su završili u zatvoru ili tražili pomoć kroz lekove, religiju ili psihijatriju. Nijedna od ovih metoda nije nam bila dovoljna. Naša bolest se uvek vraćala ili nastavljala da se razvija dok u očajanju nismo potražili pomoć jedni od drugih u Udruženju Narcotics Anonymous.

Po dolasku u NA, shvatili smo da smo bolesni ljudi. Mi bolujemo od bolesti protiv koje nema poznatog leka, ali ona se, u nekom trenutku, ipak može zaustaviti i oporavak je tada moguć.

Kako program radi

Ako želite ono što mi imamo da ponudimo i ako ste voljni da uložite napor da do toga dođete, onda ste spremni da preduzmete

određene korake. Ovo su principi koji su omogućili naš oporavak.

1. Priznali smo da smo nemoćni pred zavisnošću i da ne možemo da upravljamo svojim životom.
2. Poverovali smo da nam Sila veća od nas može vratiti zdrav razum.
3. Odlučili smo da svoju volju i svoj život predamo na brigu Bogu, *kako smo ga shvatili*.
4. Temeljno i bez straha smo napravili svoj moralni inventar.
5. Priznali smo Bogu, sebi i drugom ljudskom biću pravu prirodu svojih grešaka.
6. Postali smo potpuno spremni da dopustimo Bogu da ukloni sve naše karakterne mane.
7. Ponizno smo ga zamolili da otkloni naše nedostatke.
8. Napravili smo spisak svih osoba koje smo povredili i postali voljni da im se svima iskupimo.
9. Direktno smo se iskupili tim ljudima, gde god je to bilo moguće, osim u slučaju kada bi to povredilo njih ili druge.
10. Nastavili smo s ličnim preispitivanjem i onda kada nismo bili u pravu, odmah smo to i priznali.
11. Kroz molitvu i meditaciju težili smo da poboljšamo svesni kontakt s Bogom, *kako smo ga shvatili*, moleći se samo za spoznaju njegove volje za nas i snagu da je sprovedemo u delo.
12. Pošto smo kao rezultat ovih koraka doživeli duhovno buđenje, pokušali smo drugim zavisnicima da prenesemo ovu poruku i da primenjujemo ove principe u svemu što radimo.

Ovo izgleda kao veliki poduhvat, i ne možemo sve da uradimo odjednom. Nismo ni postali zavisni za jedan dan, zato zapamtite – *polako!*

Postoji jedna stvar koja bi više od bilo koje druge mogla da nas porazi u oporavku. To je ravnodušnost, odnosno netrpeljivost prema duhovnim principima. Među njima su tri bez kojih se ne može: iskrenost, otvorenost uma i voljnost. S njima smo na pravom putu.

Mislimo da imamo potpuno realan pristup bolesti zavisnosti, jer je pomoć jednog zavisnika drugom, u terapijskom smislu, nezamenjiva. Osećamo da je naš pristup i praktičan jer zavisnik najbolje može da razume i pomogne drugom zavisniku. Verujemo da ćemo, što se pre suočimo s problemima koje imamo u društvu i svakodnevnom životu, pre postati prihvatljivi, odgovorni i produktivni članovi društva.

Jedini način da se ne vratimo u aktivnu zavisnost jeste da ne uzmemo tu prvu dozu. Ako ste kao mi onda znate: jedna je previše, a hiljadu nije dovoljno. Ovo posebno naglašavamo jer znamo da uzimanjem bilo koje droge ili zamenom jedne droge drugom, samo ponovo aktiviramo svoju zavisnost.

Uverenje da se alkohol razlikuje od droge je mnoge zavisnike odvelo u recidiv. Pre dolaska u NA, doživljavali smo alkohol drugačijim, ali više ne možemo da živimo u zabludi. Alkohol je droga. Mi smo ljudi s bolešću zavisnosti koji moraju da apstiniraju od svih droga da bi se oporavili.

Dvanaest tradicija NA

Pažljivo čuvamo ono što imamo, jer kao što ličnu slobodu dobijamo kroz program Dvanaest koraka, tako sloboda grupe dolazi iz naših tradicija.

Dokle god je ono što nas veže jače od onoga što nas razdvaja, sve će biti dobro.

1. Zajednička dobrobit treba da bude na prvom mestu – lični oporavak zavisi od jedinstva u NA.
2. Za naš grupni cilj postoji samo jedan vrhovni autoritet – Bog koji nas voli, kakav se izražava kroz našu grupnu svest. Naše vođe ne upravljaju – oni su sluge od poverenja.
3. Jedini uslov za članstvo jeste želja da se prestane s drogiranjem.
4. Svaka grupa treba da ima svoju autonomiju, osim po pitanjima koja utiču na druge grupe ili NA kao celinu.
5. Svaka grupa ima samo jedan osnovni cilj – da prenosi poruku zavisnicima koji još uvek pate.
6. NA grupa nikada ne bi trebalo da podrži, finansira ili pozajmi ime NA bilo kojoj srodnoj ustanovi ili projektu izvan NA kako nas problemi vezani za novac, svojinu ili ugled ne bi udaljili od našeg osnovnog cilja.
7. Svaka NA grupa treba sama da se izdržava i da odbija priloge izvan Udruženja.
8. Narcotics Anonymous treba da ostane zauvek neprofesionalno, ali naši servisni centri mogu da imaju zaposlene.
9. Udruženje NA ne treba da ima organizacionu strukturu, ali možemo da formiramo servisne odbore koji su direktno odgovorni onima kojima služe.
10. Narcotics Anonymous nema mišljenje o spoljnim pitanjima, stoga ime NA ne bi trebalo uvlačiti u javne sporove.
11. Naša strategija u pogledu odnosa s javnošću se zasniva na privlačenju, pre nego na promovisanju. Trebali bismo uvek da zadržimo ličnu anonimnost u štampanim medijima, na radiju i filmu.
12. Anonimnost je duhovni temelj svih naših tradicija i uvek nas podseća da stavimo principe ispred ličnosti.

Dvanaest koraka i Dvanaest tradicija ponovo štampani uz dozvolu AA World Services, Inc.

Copyright © 2018 by
Narcotics Anonymous World Services, Inc.
Sva prava zadržana

World Service Office
PO Box 9999
Van Nuys, CA 91409 USA
T +1/818.773.9999
F +1/818.700.0700
Website: www.na.org

World Service Office–CANADA
Mississauga, Ontario

World Service Office–EUROPE
Brussels, Belgium
T +32/2/646 6012

World Service Office–IRAN
Tehran, Iran
www.wsoiran.org



Ovo je prevod literature odobrene od strane
Udruženja Narcotics Anonymous.

Narcotics Anonymous,   , i The NA Way
su registrovani zaštitni znaci

Narcotics Anonymous World Services, Incorporated.

ISBN 978-1-63380-147-9 Serbian 3/24

WSO Catalog Item No. SR3101



Narcotics Anonymous®

IP br. 1-SR

Ko, šta, kako i zašto

Ponovo štampano iz bele knjižice
Narcotics Anonymous