



Narcotics Anonymous®

Anonymní Narkomani

IP Nr. 2-SK

Skupina

Skupina

Definícia a účel

Skupina Anonymných Narkomanov je akékoľvek stretnutie dvoch alebo viacerých uzdravujúcich sa závislých, ktorí sa pravidelne stretávajú v určitom čase a na určitom mieste s cieľom uzdravovať sa z choroby závislosti. Všetky skupiny Anonymných Narkomanov sú viazané princípmi Dvanásť Krokov a Dvanástich Tradícií NA. Každá skupina má len jeden základný účel – niesť náš odkaz závislému, ktorý ešte stále trpí.

Je dôležité nezabúdať na náš hlavný účel - aby sa závislí, ktorí prídu na svoj prvý míting, mohli stotožniť a identifikovať s ostatnými na mítingu. Jednou zo zodpovedností skupiny je poskytnúť atmosféru uzdravovania pre nováčika, ktorý má túžbu prestať brať, ako aj pre existujúcich členov. Chceme, aby sa nováčik cítil vítaný. Všetci si pamätáme, akí sme boli vystrašení a plní obáv, keď sme do NA prišli prvýkrát. Keď sme sa v počiatkoch cítili osamelí, uvítali sme úsmevy členov, naučili sme sa, že jednoduché láskyplné objatie môže zmeniť úplne všetko. Potrebovali sme nájsť takých, ako sme my, ktorí si prešli tým istým, čím sme si prešli my a ktorí by rozumeli našim pocitom a skúsenostiam. Hneď na začiatku sme zistili, že každý závislý môže zostať čistý, ak bude nasledovať príklad tých, ktorí zostávajú čisti a žijú podľa programu NA.

Skupina je najsilnejším prostriedkom na šírenie odkazu nádeje a príslubu slobody od aktívnej závislosti. Každý závislý môže prestať brať, stratiť túžbu brať a nájsť nový a lepší spôsob života. Na mítingoch počujeme iných závislých, ktorí zdieľajú svoje skú-

senosti, silu a nádej, aby sme zostali čistí a pomohli tak aj ostatným. Zistili sme, že terapeutická hodnota pomoci jedného závislého druhému je nenahraditeľná.

Máme skúsenosť, že keď pravidelne prichádzame na mítingy, pocity, ktoré nás zvykli prenasledovať, nás začnú opúšťať. Nahradia ich pocity nádeje, radosti a vďačnosti za nový spôsob života, ktorý sme našli vďaka Anonymným Narkomanom. A čo je najdôležitejšie, tí, ktorí pravidelne prichádzajú na naše mítingy, zostávajú čistí.

Domovská skupina

Výber a podpora domovskej skupiny sú dôležitou súčasťou uzdravovania. Domovská skupina je míting, na ktorom sa cítite dobre a ktorý budete pravidelne navštevovať. Nazývame ju domovskou skupinou, pretože vyjadruje miesto, kam zapadáme a kam patríme. Vďaka domovskej skupine sme našli útočisko, kam sa môžeme vracáť a kde môžeme spoznávať ľudí a oni môžu skutočne spoznávať nás. Vzájomne si vytvárame puto, keď spolu rastieme.

Voči domovskej skupine máme záväzok a ak sme z nejakého dôvodu neprítomní, budeme tam chýbať. Naša domovská skupina je tiež miestom, kde oslavujeme každý nový rok čistého života. Vytvárame skutočné priateľstvá, často po prvýkrát v živote, a učíme sa vzájomnému rešpektu. To môže byť veľmi dôležité pri našom uzdravovaní.

Ako rastú členovia, rastie aj skupina. Učíme sa praktizovať duchovné princípy Anonymných Narkomanov vo všetkých našich záležitostiach. Učíme sa tiež deliť si a zdieľať zodpovednosť za rast a dobro skupiny.

Členovia domovskej skupiny by mali byť informovaní o problémoch a ťažkostiach,

ktorým ich skupina čelí, a mali by byť ochotní pomôcť. Domovská skupina je miestom, kde ako člen skupiny hlasujete podľa svojho svedomia o záležitostiach týkajúcich sa NA ako celku, ako aj o záležitostiach týkajúcich sa skupiny. Domovské skupiny sa tiež podieľajú na šírení odkazu uzdravovania na oblastnej úrovni. V duchu jednoty, spoločného cieľa, pre dobro NA ako celku je dôležité, aby sme všetci plnili svoju úlohu.

Vytvorenie skupiny

Pri zakladaní skupiny¹ je prvoradé zabezpečiť miesto pre pravidelné stretávanie. Snažte sa nájsť zariadenie, ktoré podporuje atmosféru uzdravovania a poskytne priestor pre rast mítingu. Je dôležité nájsť miesto, ktoré skupine umožní praktizovať Šiestu Tradíciu, ktorá hovorí: „Skupina NA by nikdy nemala podporovať, financovať alebo prepožičiavať meno NA žiadnemu podobnému zariadeniu alebo organizácii, pretože problémy peňazí, majetku alebo prestíže nás oddeľujú od nášho hlavného účelu.“ Tento princíp nepridružovania sa umožňuje skupine rozvíjať vlastnú autonómiu. Po zabezpečení miesta si stanovte čas a deň v týždni, dohodnite sa na otváraní a zatváraní mítingového priestoru a na ďalších potrebných prípravách. Siedma Tradícia nám hovorí: „Každá skupina NA by mala byť úplne sebestačná, odmietajúca príspevky zvonka.“ V súlade so Siedmou Tradíciou stanovte prostriedky na platenie nájomného za priestory; skupiny NA musia byť vždy sebestačné. Povinnosti skupiny (otváranie dverí, príprava kávy, poskytovanie literatúry, upratovanie, atď.) je najlepšie rozdeliť medzi dvoch alebo viacerých závis-

¹ Viac informácií o založení skupiny NA nájdete v *The Group Booklet* (Brožúra Skupina v slovenčine zatiaľ nevyšla.)

lych. Niektoré skupiny prišli o svoje mítingové priestory, pretože sa o ne nedokázali riadne starať. Ak sa však snažíme zanechať miestnosť v lepšom stave, než v akom sme do nej vkročili, chránime atmosféru uzdravovania a povest' Anonymných Narkomanov.

Ak sa míting rozbieha pomaly, buďte trpezliví. Skúsenosti dokazujú, že sa rozrastie. Podporu možno získať kontaktovaním regiónu, oznámením na iných mítingoch a distribúciou letákov.

Keď je dostatočné zapojenie a podpora, uskutoční sa business míting skupiny. Na tomto prvom stretnutí sa formalizujú záležitosti skupiny (názov, formát, atď.) a volia sa dôveryhodní služobníci. Hoci skupina v tejto fáze môže mať viac organizačný charakter, musíme mať na pamäti, že vytvárame zákklady pre plnenie nášho hlavného cieľa. Ako členovia skupiny máme zodpovednosť starať sa o NA a investovať do nášho uzdravovania. Je pre nás skutočnou výsadou zúčastňovať sa na činnosti našej domovskej skupiny.

Dôveryhodní služobníci

Naša Druhá Tradícia nám hovorí: „Pre naše skupinové účely je tu len jedna najvyššia autorita - milujúci Boh, tak ako sa môže prejaviť v našom skupinovom vedomí. Naše vodkyne a vodcovia sú len dôveryhodnými služobníkmi a služobníkmi, ktorí nevládnu.“ Naši dôveryhodní služobníci teda tvoria chrbtovú kosť skupiny a ich pravidelná účasť na všetkých mítingoch je nesmierne dôležitá. Jedným z úskalí, ktoré spôsobilo, že mnohé skupiny NA utrpeli alebo dokonca zanikli, bolo zvolenie vedúcich, ktorí nemali dostatočne skúsenosti alebo nemali za sebou históriu uzdravovania sa v našom spoločenstve. Často sa zdalo, že voľby v NA sú skôr súťa-

žou popularity než voľbou dôveryhodných služobníkov. Zástancovia funkcií v skupine musia byť starostlivo zvolení, keďže funkcie prinášajú veľkú zodpovednosť a nevhodne zvolení členovia by mohli negatívne ovplyvniť skupinu. Plnenie záväzku slúžiť je dôležité. Nasledujúce odseky obsahujú stručný opis dôveryhodných služobníkov skupiny. Podrobnejší opis nájdete v schválenej príručke služby NA.

Vo všeobecnosti sme zistili, že dôveryhodní služobníci sú najúspešnejší, ak majú určité predpoklady potrebné na výkon svojich povinností. Medzi tieto predpoklady patria:

1. Ochota a túžba slúžiť
2. História uzdravovania sa v NA (odporúčame minimálne jeden rok čistoty)
3. Pochopenie a praktická znalosť Dvanástich Krokov a Dvanástich Tradícií NA
4. Aktívna účasť v skupine

Sekretár

Sekretár je zodpovedný za:

- ♦ Pravidelné otváranie a zatváranie mítingových priestorov - bez ohľadu na to, čo sa deje
- ♦ Výber vedúceho, ktorý bude niesť odkaz uzdravovania NA
- ♦ Zabezpečenie prípravy kávy
- ♦ Vedenie mítingových záznamov
- ♦ Organizovanie business mítingov skupiny
- ♦ Nákup spotrebného materiálu a literatúry

Sekretár nesie veľkú zodpovednosť, a preto by sa táto pozícia nemala brať na ľahkú váhu. Členovia domovskej skupiny by mali byť vždy ochotní pomôcť sekretárovi pri akejkoľvek žiadosti o pomoc.

Pokladník

Pokladník je zodpovedný za:

- ★ Platenie účtov skupiny
- ★ Vedenie finančných záznamov
- ★ Vykonávanie rozhodnutí skupinového svedomia pre tok finančných prostriedkov
- ★ Pravidelné podávanie správ skupine

Je užitočné, ak má pokladník základné matematické zručnosti a správne narába s osobnými financiami. Jedným z najväčších problémov, s ktorými sme sa stretli, bolo zneužívanie peňazí skupiny. Zmizli tisíce dolárov, potrebných finančných prostriedkov. Toto zneužívanie nielenže obmedzuje možnosti Anonymných Narkomanov, ale zasahuje aj do podstaty našej Piatej Tradície, ktorá znie: „Každá skupina má len jeden základný účel - niesť náš odkaz závislému, ktorý ešte stále trpí.“ Pokladníci, ktorí zneužívajú svoje postavenie, zvyčajne zisťujú, že cena, ktorú platia z hľadiska svojho osobného uzdravovania, je veľmi vysoká. Je zrejmé, že pokladník má vážnu zodpovednosť a pri výbere člena, ktorý bude túto funkciu vykonávať, by sa malo veľa uvažovať. Viac informácií o funkcii pokladníka skupiny nájdete v *Treasurer's Handbook*² schválenej Konferenciou NA.

² Príručka pokladníka v slovenčine zatiaľ nevyšla.

Delegát (DS)

DS je zodpovedný za:

- ★ Pravidelnú účasť na regionálnom mítingu
- ★ V prípade potreby, zastupovanie skupiny v komisiách regiónu
- ★ Funkciu spojky medzi skupinou a regiónom
- ★ Zdieľanie zodpovednosti s náhradníkom DS
- ★ Vedenie presnej registrácie skupiny v Svetovej kancelárii služieb

Najdôležitejším aspektom tejto pozície je byť komunikátorom skupiny. Delegát skupiny je dôležitým spojovacím článkom medzi skupinou a zvyškom spoločenstva. DS je formálnou komunikačnou linkou, ktorej cieľom je zastupovať svedomie skupiny v záležitostiach, ktoré sa týkajú iných skupín alebo NA ako celku. Táto povinnosť si vyžaduje, aby delegát poskytoval skupine informácie o vývoji v celosvetovom Spoločenstve NA a aby sa s regiónom delil o všetky aktivity, silné stránky alebo problémy skupiny. Je dôležité, aby DS neprerušil reťaz komunikácie NA.

Náhradník delegáta skupiny (Náhradníka DS)

Pozícia náhradníka DS je podobná pozícii DS s tým rozdielom, že ide o dvojročný záväzok, pričom prvý rok strávite školením sa a druhý rok ako DS. Je nevyhnutné, aby sa náhradník DS zúčastňoval na každom regionálnom mítingu, aby sa učil a poskytoval DS podporu. Náhradník DS tiež vykonáva funkciu DS v neprítomnosti DS.

Dalšie spôsoby ako slúžiť

Vyššie uvedené pozície zastávajú dôveryhodní služobníci s určitým funkčným obdobím. Ďalším spôsobom, ako môžeme slúžiť, je robenie vedúceho alebo spíkra na danom mítingu; týchto dôveryhodných služobníkov zvyčajne vyberá delegát skupiny. V celom celosvetovom spoločenstve existuje množstvo termínov, ktoré sa používajú a rôzne spôsoby vedenia mítingov. Naša Štvrtá Tradícia nám sľubuje autonómiu, pokiaľ tieto záležitosti neovplyvňujú iné skupiny alebo NA ako celok. Táto rozmanitosť obohacuje naše spoločenstvo a zvyšuje našu efektivitu. Naším hlavným cieľom je vždy niesť odkaz uzdravovania závislým, ktorí ešte stále trpia.

Vedúci

Vedúci by mal mať skúsenosti, silu a nádej, o ktoré sa môže podeliť na základe pravidelnej účasti na mítingoch Anonymných Narkomanov. Táto osoba je zodpovedná za plynulý priebeh mítingu a dodržiavanie formátu skupiny. Vedúci musí mať na pamäti, že míting patrí všetkým a nekomentuje zdieľania členov.

Osoba, ktorá vedie míting, je zodpovedná za tvorenie atmosféry uzdravovania. Hoci zdieľanie problémov je potrebné na identifikáciu, zdieľanie riešení je potrebné na uzdravovanie. Vedúci by mal mať vždy na pamäti, že sme tu s konkrétnym cieľom zostať čistý a pomáhať iným závislým nájsť uzdravovanie zo závislosti.

Spíker

Člen NA ktorý je vybraný ako spíker na mítingu, musí byť niekto, kto pracuje a žije podľa programu NA, ktorým je Dvanásť Krokov a Dvanásť Tradícií. V oblastiach, kde

nie je dostatok členov NA so značným časom čistoty alebo skúsenosťami s Dvanástimi Krokmi a Dvanástimi Tradíciami, existuje možnosť, že skupina bez skúseností s Anonymnými Narkomanmi nesprávne pochopí tradície NA a pozve spíkrov mimo NA Spoločenstva. Existuje niekoľko spôsobov, ako sa tejto situácii vyhnúť. Naš Základný Text napríklad pripomína, že členovia NA z iných oblastí sú ochotní jazdiť veľké vzdialenosti, aby podporili nové skupiny. Spíker pomáha plniť hlavný cieľ skupiny - prinášať odkaz uzdravovania závislým, ktorí ešte stále trpia. Keď zdieľame na NA mítingu, mali by sme dbať na to, aby sme odovzdali jasný odkaz uzdravovania tým, že sa označíme za závislých, ktorí sa uzdravujú z choroby závislosti. Nie je potrebné príliš sa zaoberať našou aktívnou závislosťou alebo „vojnovými príbehmi“, pretože všetci vieme, aké to bolo, keď sme brali. Do Anonymných Narkomanov sme prišli, aby sme prestali brať a sme tu preto, aby sme sa podelili o svoje skúsenosti, silu a nádej v uzdravovaní.



Naším novým skupinám v regiónoch, ktoré sa práve formujú: Zistili sme, že mítingy zamerané na štúdium krokov a štúdium literatúry sú veľmi dôležitým začiatkom rastu členov. Povzbudzujeme Vás, aby ste spoločne robili, čo je vo vašich silách v duchu lásky a spoločenstva a aby ste sa k nám vracali: Funguje to!

Moja vd'aka sa prejavuje, keď sa starám a keď zdieľam s ostatnými cestu v programe

Copyright © 2025 by
Narcotics Anonymous World Services, Inc.
Všetky práva vyhradené.

World Service Office
PO Box 9999
Van Nuys, CA 91409 USA
Tel. +1/818 773-9999
www.na.org

World Service Office-CANADA
Mississauga, Ontario

World Service Office-EUROPE
Brussels, Belgium
Tel. +32/2/646-6012

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



Preklad literatúry schválenej NA Spoločenstvom.

Narcotics Anonymous, , , , a The NA Way
sú registrované ochranné známky
Narcotics Anonymous World Services, Incorporated.

ISBN 978-1-63380-478-4

Slovak

8/25

WSO Catalog Item No. SK3102