Úvod do setkání NA

IP č. 29-CS



Pokud jste v NA noví nebo se chystáte jít na setkání Anonymních narkomanů poprvé, možná by bylo dobré vědět něco málo o tom, co se na našich setkáních děje. Informace zde uvedené vám mají poskytnout představu o tom, co děláme, když se scházíme ke společnému uzdravování. Slova, která používáme, a způsob, jakým se chováme, vám mohou být zpočátku neznámé, ale doufejme, že vám tyto informace pomohou získat co nejvíce z vašeho prvního setkání NA nebo vám pomohou cítit se komfortněji, když se budete vracet. Pokud přijdete brzy, zůstanete déle a budete se před setkáním i po něm hodně ptát, pomůže vám to vytěžit maximum z každého setkání, kterého se zúčastníte.

Efektivní formáty setkání udržují hlavní účel v centru pozornosti a povzbuzují členy k účasti takovým způsobem, který vyjadřuje uzdravování.

Pátá tradice, *It Works: How and Why*[1]

Kdo jsme a co děláme, nejlépe popisuje náš Základní text, *Anonymní narkomani*: „NA je nezisková společenství žen a mužů, pro které se drogy staly vážným problémem. Jsme uzdravující se závislí, kteří se pravidelně scházejí a pomáhají si zůstat čistí." Základem našeho programu uzdravování je Dvanáct kroků NA. Naše setkání jsou místem, kde sdílíme naše uzdravování, ale uplatňování našeho programu zahrnuje mnohem více než jen účast na setkáních NA. Lidé mají nejrůznější důvody, proč navštěvovat setkání NA, ale účelem každého setkání je poskytnout členům NA prostor pro sdílení uzdravování s ostatními závislými. Pokud nejste závislí, vyhledejte otevřené setkání, na kterém jsou vítáni lidé, kteří nejsou závislí. Pokud jste závislý nebo si myslíte, že byste mohli mít problém s drogami, doporučujeme navštěvovat setkání každý den po dobu alespoň 90 dní, abyste se seznámili se členy NA a naším programem.

[1] Publikace v anglickém jazyce nebyly dosud publikovány v českém jazyce.

Skvělým zdrojem informací o našem programu je také literatura NA. Je dobré začít naším Základním textem (*Anonymní narkomani*) nebo informačními letáky (IP). Většina setkání nabízí IP zdarma, zatímco knihy NA se obvykle prodávají na náklady skupiny. Velkou část naší literatury si můžete přečíst nebo objednat online na adrese **www.na.org**.

Obecné informace, které se týkají setkání NA

- Nezajímají nás druhy ani množství užívaných drog; zaměřujeme se na to, jak závislost a uzdravování ovlivňují náš život.
- Setkání NA nejsou kurzy ani skupinové terapie. Nevyučujeme ani neposkytujeme poradenství. Pouze se dělíme o své osobní zkušenosti se závislostí a uzdravováním.
- Setkání se často konají v kostelech, léčebných centrech nebo jiných zařízeních, protože tato místa bývají cenově dostupná a pohodlná. NA není součástí žádné jiné skupiny, organizace nebo instituce ani s žádnou není spojena.
- Abychom respektovali anonymitu všech našich členů, prosíme, aby lidé, kteří se účastní našich setkání, nemluvili o tom, kdo jsou naši členové a co na setkáních sdělují.
- NA nemá žádné členské poplatky ani příspěvky, ale pořádání setkání a poskytování dalších služeb, které slouží našemu hlavnímu cíli, stojí peníze. Naši členové na setkáních dobrovolně přispívají na podporu skupiny a dalšího úsilí o šíření našeho poselství. Nečlenové jsou žádáni, aby nepřispívali, aby si NA mohla zachovat plnou soběstačnost.

Náš program uzdravování začíná abstinencí od všech drog včetně alkoholu. Někdy lidé přicházejí na setkání NA ještě v době, kdy užívají drogy, detoxikují se od drog nebo jsou na drogové substituční léčbě. Bez ohledu na to, co užíváte, když

poprvé přijdete do NA, jste vítáni. Novější členové mají také často otázky týkající se předepsaných léků. Doporučujeme vám, abyste si přečetli literaturu NA včetně Základního textu a letáku *In Times of Illness*, které vám vysvětlí přístup NA k uzdravování. Pomůže také promluvit si s členy NA, kteří čelili podobným situacím, o tom, co se jim osvědčilo. Důležitým nástrojem pro pochopení této a dalších otázek našeho uzdravování může být sponzorství (více informací o sponzorství najdete v IP č. 11). Nejsme profesionálové a NA nemá žádné názory na lékařské záležitosti; můžeme se pouze vzájemně podělit o své osobní zkušenosti.

Několik věcí, které můžete očekávat, že uvidíte nebo zažijete na našich setkáních

Setkání NA mají různé formy, velikosti a charakteristiky a mnoho věcí se na setkáních v různých městech, zemích nebo třeba jen v jinou noc v týdnu v místě, kde žijete, dělá jinak. Přesto jsou pro většinu setkání NA po celém světě některé věci společné.

- Setkání jsou obvykle diskusní nebo s přednášejícími. Diskusní setkání umožňují členům, aby se střídali ve vyprávění. Na setkáních s přednášejícím může delší dobu hovořit jeden nebo více členů.
- Návštěvníky a nově příchozí obvykle žádáme, aby se představili křestním jménem. Nováčky obvykle vítáme objetím nebo podáním ruky a uvítací visačkou.
- Na většině míst je zvykem, že se členové shromáždí v kruhu a setkání zakončí krátkou modlitbou nebo čtením NA. Ačkoli můžete slyšet na setkáních modlitby, náš program je duchovní, nikoli náboženský.
- Ze zdvořilosti vůči lidem, kteří o to požádají, skupiny často označují nebo podepisují prezenční listiny nebo doklady o docházce pro soud, ale některé skupiny a členové se rozhodnou tak nečinit. V případě potřeby je nejlepší se před začátkem setkání zeptat, jak to skupina řeší.
- Většina skupin poskytuje rozpisy nebo adresáře dalších místních setkání NA.

Mnoho z nás chápe Boha jednoduše jako sílu, která nám pomáhá zůstat čistí. Máme plné právo na Boha dle vlastního pojetí, není v tom žádný háček.

Třetí krok, Základní text

O sdílení

- NA se opírá o „terapeutickou hodnotu pomoci jednoho závislého druhému." Nečlenové jsou žádáni, aby na setkáních nesdíleli své zkušenosti, ačkoli některé skupiny mohou krátkou účast povolit během oslav narozenin nebo výročí NA.
- Členové jsou obvykle požádáni, aby se s ohledem na časové omezení podělili o své zkušenosti pouze jednou za setkání. Na mnoha setkáních jsou členové požádáni, aby omezili sdílení na pět minut nebo méně.
- Členové jsou také vyzýváni, aby se se dělili o své vlastní zkušenosti, místo aby reagovali na ostatní členy. Jednotlivci mohou vést rozhovory před setkáním nebo po něm.
- Některé skupiny žádají své členy, aby se na setkáních zdržovali sdílení explicitních detailů a popisů drog a užívání a aby se místo toho zaměřili na to, jak nás závislost a uzdravování ovlivňují.
- Nováčkům se obecně doporučuje, aby se soustředili na naslouchání, ale je vítáno, pokud se o své zkušenosti podělí během části setkání, která je věnována účasti.
- Nováčkům doporučujeme, aby pozorně naslouchali a hledali zkušené členy, s nimiž se mohou ztotožnit a kteří by mohli být dobrými sponzory nebo přáteli, případně by jim mohli nabídnout jiné vedení a podporu.

Pěstování atmosféry uzdravování na našich setkáních

Skupiny se mohou lišit v tom, jak se rozhodnou řešit některé záležitosti související se setkáním. Doporučujeme vám, abyste se na každém setkání sami pozorně dívali, a získali tak lepší představu o tom, co se na daném setkání očekává. Následující základy jsou společné pro mnoho setkání.

- Na některých setkáních je krátká přestávka, aby si členové mohli popovídat, občerstvit se, zajít na toaletu nebo si zakouřit. Na setkáních bez přestávky obvykle čekáme až do konce setkání.
- Na žádném setkání NA nejsou povoleny drogy ani drogové příslušenství.
- Důrazně odrazujeme od jakéhokoliv obtěžování, vyhrožování nebo rušivého chování před setkáním, během něj a po něm. To se týká i nežádoucích sexuálních, milostných, finančních a náboženských žádostí. Naše setkání slouží ke sdílení uzdravování NA. Pokud se cítíte obtěžováni nebo ohroženi, svěřte se se svými obavami vedoucímu setkání nebo důvěryhodnému služebníkovi.
- Prosíme opozdilce, aby si v klidu našli místo a nerušili ostatní.
- Vedlejší rozhovory nedoporučujeme. I velmi tichý šepot rozptyluje ostatní.
- Pozornost ostatních rozptylují i telefonní hovory a textové zprávy také. Žádáme členy, aby během setkání vypnuli nebo ztišili své mobilní telefony a jiná elektronická zařízení.
- Na mnoha místech je objetí běžným pozdravem NA. Pokud vám objímání není příjemné, neváhejte to říct. Většina členů pro to bude mít pochopení.

Naše setkání se značně liší velikostí a stylem. Některá jsou malá a intimní, jiná velká a hlasitá. Na různých místech se značně liší také postupy a termíny používané na našich setkáních. Nejdůležitější je, že naše setkání jsou místem, kde sdílíme své zkušenosti, sílu a naději. Pokud jste závislí, vracejte se a sdílejte s námi uzdravování!

Některé užitečné termíny NA

Závislý – termín, kterým označujeme sami sebe, protože za problém považujeme spíše samotnou závislost než užívání konkrétní drogy.

Základní text – kniha, která obsahuje naše základní myšlenky, s názvem *Anonymní narkomani*.

Uzavřené setkání – setkání pouze pro závislé nebo ty, kteří si myslí, že by mohli mít problém s drogami.

Skupina – členové, kteří pořádají jedno nebo více pravidelných setkání NA (viz IP č. 2, *The Group*).

Vyšší moc – jakákoli milující síla, která pomáhá členovi zůstat čistý a usilovat o uzdravování.

IPs – informační letáky o NA

Nováčci – noví členové NA

Otevřené setkání – setkání, kterého se může zúčastnit kdokoli, včetně zájemců, kteří nejsou závislí.

Recidiva – krátký nebo delší návrat k užívání drog

Sdílení – nabízení osobních zkušeností se závislostí a uzdravováním.

Sponzor – zkušený člen, který nabízí vedení a podporu v rámci Dvanácti kroků (viz IP č. 11, *Sponzorství*).

Důvěryhodní služebníci – členové, kteří zastávají služební pozice v NA.

Copyright © 2026 by
Narcotics Anonymous World Services, Inc.
Veškerá práva vyhrazena.

World Service Office
PO Box 9999
Van Nuys, CA 91409 USA
T +1/818.773.9999
Web 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



Toto je překlad literatury schválený Společenstvím NA.

Narcotics Anonymous, , a The NA Way
jsou registrované ochranné značky společnosti
Narcotics Anonymous World Services, Incorporated.

ISBN 9781633805552 • Czech • 9/26
WSO Catalog Item No. CS3129