

VÄXA TILLSAMMANS GENOM MÖTEN

NA beskrivs av en del beroende som det sista huset i kvarteret, vår sista utväg.

Vi som i vårt användande hade undvikit människor och vissa platser så länge kände oss onekligen rädda när vi klev innanför dörren till vårt första möte. Vi hade inte längre något mer att förlora. Många av oss hade inte en aning om vad som väntade oss därinne. Vad eller vilka vi skulle möta. Det visade sig att vi skulle möta oss själva.

Vi kom till NA förtvivlade och utan hopp. Besegrade och drivna av vansinnet att döva vår smärta. Livet var ohanterligt i relationer till fruar, män, syskon, föräldrar vänner, myndigheter, samhället och till oss själva. Vi stod inte ut med att leva med oss själva, vi ville bli något annat än dem vi blivit. Vi ville växa som människor och fann hoppet hos våra nya vänner i NA. Vi var villiga att göra vad som än krävdes. Vi var rädda och skamsna. Fulla av skuld. Livrädda att möta andra, möta våra känslor och våra tankar. Vi var rädda att möta livet på livets villkor. Vi mötte tillfrisknande beroende som delade sin erfarenhet sin styrka och sitt hopp om att bli fria och kunna leva i glädje och smärta utan att använda.

Vi hörde att vi skulle gå på möten ofta, byta nummer, lyssna, hela genom att dela, göra service och skaffa en sponsor. Vi såg beroende växa tillsammans genom andliga principer. Vi mötte oss själva. Genom att lyssna på andra, vad dom gjort och vad dom gör idag, insåg vi att vi inte var ensamma, att det fanns en lösning. Vi fortsatte att gå på möten och följa anvisningarna. Vi behövde inte fly längre, vi mötte allt vi behövde för att växa som människor. Vi mötte oss själva i vårt dagliga program och kände hur livet kom till oss.

Vi kunde se andra människor i ögonen. Bara för idag var vi fria. Vi kunde och ville hjälpa de beroende som fortfarande lider. Vi fortsätter att växa tillsammans.

Vi växer hela tiden genom att gå på möten men också genom möten med sponsor, möten med oss själva och Gud. Det är lätt hänt att vi missar våra framsteg i tillfrisknandet medans livet händer, medans vi har fokus på allt som händer idag. Det kan vara gynnsamt att blicka bakåt då och då för att se dom enorma framsteg vi har gjort men också som vi gör varje dag. Det låter oss också se/inse att vi är på rätt väg, att vi växer och att vi bygger en bättre version av oss själva, bara för idag. Eftersom vi växer genom möten är det så himla viktigt att våra möteslokaler förblir en trygg och säker plats.

Vi växer samtidigt genom att möta människorna runt oss. Genom möten med familj, vänner och kollegor. De som sett oss förr och de som känner oss idag. Vi ser i dem hur vi har växt och hur långt vi kommit. Vi växer av att se dem växa och genom att se dem leva livet utan att behöva oro sig för oss. I andra möter vi oss själva.

En beroende delar med sig:

Under snart två år i NA har jag vuxit väldigt mycket. Men fokuserar jag på hur det yttre ser ut, hobby, lägenhet, tv tittande osv tycker jag inte att det har hänt någonting och min sjuka sida tycker att det börjar bli ok att använda. Fokuserar jag däremot på vad som har hänt inom mig, hur jag interagerar med andra människor och vad som är viktigt för mig så är skillnaden enorm. Jag har blivit mer hel i NA än jag någonsin varit förut, oavsett om jag var aktiv eller ren. Jag har också vuxit väldigt mycket genom möten med sponsor och jag tänker först på stegarbetet där jag också

får möta mig själv och Gud, men också dagliga samtal med sponsor. När jag först skaffade min sponsor sa han att jag behöver ringa varje dag i 30 dagar innan vi börjar något stegarbetet, och det var väldigt gynnsamt för mig. Det var väldigt bra träning för en osocial beroende att ringa en främling och bara prata varje dag. Det har också hjälpt mycket med den sociala biten att komma till mötena och umgås en timme innan det börjar och stanna en stund efteråt.

Vårt beroende frodas i isolering. När vi är ensamma är vi bakom fiendelinjen. När vi börjar bli likgiltiga och intoleranta mot andra människor finns det risk att vårt nästa möte kommer att vara med drogen. Om vi inte gör något åt det vill säga. När vi praktiserar vårt andliga program på en daglig basis minimerar vi risken för intolerans, likgiltighet, isolering, förhalande och apati. Tillfrisknandet handlar om relationer. Relationer handlar om möten. Relationen till oss själva genom att praktisera ärlighet. Relationen till andra genom att praktisera våra Traditioner. Våra Traditioner gör det möjligt för oss att hålla våra möten fria från ego och vansinne. Vi vill att våra möten ska vara skyddade från utomstående verksamheter, personligheter, professionalism, styrande, åsikter, religion och intolerans. Detta uppnår vi genom att förstå och tillämpa våra Traditioner. Våra möten behöver vara en säker plats för andlig tillväxt.

Vi planterar frön av hopp som växer i ljuset av empati och i värmen av enighet. Vi kan aldrig gå på för mycket möten. Vi vet aldrig när vi kommer att möta en lidande beroende vars liv hänger på det vi delar med oss. Vi kramas. Vi skrattar och vi gråter. När vi är i kontakt med vår Högre Kraft och vi delar från hjärtat möts våra andar. Mötet i en kram kan vara det som får en nykomling att för

första gången börja våga börja tro på en förändring.

I alla våra möten, alla våra relationer, krävs kommunikation; På våra tillfrisknande möten delar och lyssnar vi på varandras erfarenheter kring tillfrisknandet, hur vi arbetar i programmet, vad som fungerar för oss, detta är medlemmar som kommunicerar med varandra, Gud som kommunicerar genom människor, platser och saker. I våra möten med Gud krävs kommunikation, vi hör ofta att Bön är att tala och meditation är att lyssna efter Guds vilja med oss. I vårt stegarbete krävs kommunikation med Gud, våra sponsorer och oss själva för att kunna fortsätta på vägen mot andlig tillväxt.

Vi behöver möta och kommunicera med andra grupper för att lära oss värdet av våra traditioner och hur vi tillämpar dem, få höra från andra grupper hur dom för budskapet vidare samtidigt som vi delar vår erfarenhet, vi hjälper varandra att hjälpa den beroende som fortfarande lider. Vi växer genom möten och vi behöver hålla våra sinnen öppna för alla möten som Gud sätter framför oss, vi vet aldrig när vi får chansen att rädda en annans liv eller själv blir hjälpta. Vi turas om att rädda varandras liv, varje dag.

Input och Review innebär att det är öppet att komma med en egen text som har med ämnet att göra eller komma med förslag på redigering på den text som redan finns.

Input kan skickas till:

antligenfriaNA@gmail.com

Eller via vår hemsida.

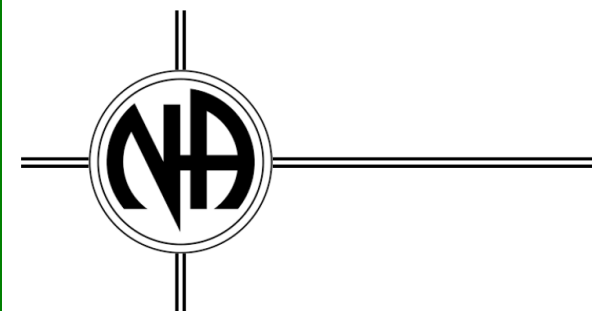
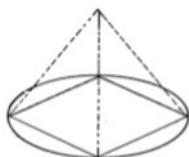
www.nahelp.se

ALTERNATIVE SERVICE

INFORMATIONAL STRUCTURE

P.O. BOX 4404 ALLENTOWN PA 18105

www.anonymi.info



**ANONYMA
NARKOMANER**

**ATT VÄXA GENOM
MÖTEN**



Inte tillförsäljning – endast för nytryck
”Du kan inte behålla det du har om du inte ger
bort det.”

www.nahelp.se