

"Enhet"

"Ærlighet"

"Åpenhet"

"Villighet"

"Kjærlighet"

"Tilfriskning"

"Felleskap"



NA Norge

FU - Fellesskapsutvikling

Velkommen til Workshop i NA Norge

Workshopen er utarbeidet og presenteres av

FU – Fellesskapsutviklingskomiteen

"Enhet"

"Ærlighet"

"Åpenhet"

"Villighet"

"Kjærlighet"

"Tilfriskning"

"Felleskap"



NA Norge

FU - Fellesskapsutvikling

- Jeg vil ønske alle velkommen til denne workshopen som skal ta for seg 5. og 6. tradisjonene.
- Workshopen vil vare i maks 1,5 time.
- Denne Workshopen tilbyr erfaring, styrke og håp for NA-Grupper/medlemmer som ønsker å forstå og anvende tradisjonene mer effektivt.
- Som innledning leser vi en visjon for NA-service og de 12 tradisjonene.

"Enhet"

"Ærlighet"

"Åpenhet"

"Villighet"

"Kjærlighet"

"Tilfriskning"

"Felleskap"



NA Norge

FU - Fellesskapsutvikling

En visjon for NA service:

Alle anstrengelsene til Anonyme Narkomane er inspirert av våre gruppers primære formål. På dette felles grunnlag er vi forpliktet.

Vår visjon er at:

- Enhver rusavhengig i verden har mulighet til å oppleve vårt budskap på sitt eget språk og sin egen kultur og å finne muligheten til en ny måte å leve på.
- Ethvert medlem, inspirert av gaven tilfriskning, opplever åndelig vekst og innlevelse gjennom service.
- NA's service komiteer over hele verden arbeider sammen i en ånd av enhet og samarbeid for å støtte gruppene med å bringe budskapet om tilfriskning.
- Anonyme Narkomane er allment anerkjent og respektert som et levedyktig tilfriskningsprogram.
- Ærlighet, tillit og velvilje er grunnlaget for våre serviceanstrengelser, og disse er avhengig av veiledningen til en høyere makt.

"Enhet"

"Ærlighet"

"Åpenhet"

"Villighet"

"Kjærlighet"

"Tilfriskning"

"Felleskap"



NA Norge

FU - Fellesskapsutvikling

NAs tolv tradisjoner

Vi beholder det vi har kun ved vaktksomhet, og slik som frihet for enkeltmennesket kommer fra de tolv trinn, slik springer frihet for gruppen ut fra våre tradisjoner. Så lenge de båndene som binder oss sammen er sterkere enn de som vil rive oss fra hverandre, vil alt være bra.

1. Vår felles velferd bør komme først, personlig tilfriskning avhenger av NA-enhet.
2. For vårt gruppeformål finnes bare en eneste autoritet, en kjærlig Gud slik han får uttrykke seg i vår gruppesamvittighet. Våre ledere er bare betrodde tjenere, de styrer ikke.
3. Den eneste betingelse for medlemskap er et ønske om å slutte å bruke rusmidler.
4. Hver gruppe bør være selvstyrt, unntatt i saker som angår andre grupper eller NA som helhet.
5. Hver gruppe har kun et hovedformål – å bringe budskapet til den rusavhengige som fortsatt lider.

"Enhet"

"Ærlighet"

"Åpenhet"

"Villighet"

"Kjærlighet"

"Tilfriskning"

"Felleskap"



NA Norge

FU - Fellesskapsutvikling

6. En NA-gruppe bør aldri gå god for, finansiere eller låne NA navnet til noe beslektet formål eller utenforstående foretak, ellers kan problemer med penger, eiendom eller prestisje skille oss fra vårt hovedformål
7. Hver NA-gruppe bør være helt selvforsørget og avslå bidrag utenfra.
8. Anonyme Narkomane bør alltid forbli ikke-profesjonelt, men våre servicesentre kan ansette spesialarbeidere.
9. NA som sådan bør aldri bli organisert, men vi kan opprette serviceråd eller komiteer direkte ansvarlige overfor dem de tjener.
10. Anonyme Narkomane har ingen mening om utenforliggende spørsmål, derfor bør NA-navnet aldri trekkes inn i offentlig strid.
11. Vår holdning i forhold til offentligheten er basert på tiltrekning heller enn fremhevning. Vi bør alltid bevare personlig anonymitet på slike nivå som presse, radio og film.
12. Anonymitet er det åndelige grunnlag for alle våre tradisjoner, og minner oss alltid om å sette prinsipper foran personligheter.

"Enhet"

"Ærlighet"

"Åpenhet"

"Villighet"

"Kjærlighet"

"Tilfriskning"

"Felleskap"



NA Norge

FU - Fellesskapsutvikling

- Når vi har delt vår oppfatning av tradisjon 5 gjentar vi det samme med tradisjon 6.
- Vi trenger en frivillige til å lese innledningen til tradisjonen for oss.
- Før vi går i gang med selve lesingen av tradisjonen så vil vi gi litt informasjon som kan være godt å starte med.

"Enhet"

"Ærlighet"

"Åpenhet"

"Villighet"

"Kjærlighet"

"Tilfriskning"

"Felleskap"



NA Norge

FU - Fellesskapsutvikling

Våre tolv tradisjoner handler om forhold; til oss selv, våre grupper, våre tjenesteorganer og vår Høyere Makt.

Mens de tar for seg praksisene våre i tjeneste, gir de også et grunnlag for oss å lære å leve. De er praktiske og åndelige på samme tid.

Våre tradisjoner hjelper oss å navigere: De minner oss om hvor vi skal og hvor vi sannsynligvis vil gå på grunn. De minner oss også på at vi styrer vårt eget skip. Enhet og selvstyre veileder oss, ikke enhetlighet og styring.

Vi overgir autoritet til en høyere makt og kommer sammen som likeverdige.

Vårt primære formål er å føre budskapet til rusavhengige som fortsatt lider.

Og husk; vi kan ikke praktisere en av tradisjonene uten de andre.

"Enhet"

"Ærlighet"

"Åpenhet"

"Villighet"

"Kjærlighet"

"Tilfriskning"

"Felleskap"



NA Norge

FU - Fellesskapsutvikling

Tradisjon 5

*"Hver gruppe har kun et hovedformål –
å bringe budskapet til den rusavhengige som fortsatt lider."*

I aktiv avhengighet jobbet vi hardt for å nå mål som gjorde at vi følte oss tom, tapt og død innvendig. Vi skaffet det vi behøvde, uansett kostnadene for oss selv eller de rundt oss. Da besettelse og tvang drev oss til den bitre slutt, overrasket vi oss selv over hva vi villige til å gjøre, eller hva vi ville ofre. Jo mer vi forfulgte målene våre, jo mindre følte vi det hadde noen som helst hensikt.

"Enhet"

"Ærlighet"

"Åpenhet"

"Villighet"

"Kjærlighet"

"Tilfriskning"

"Felleskap"



NA Norge

FU - Fellesskapsutvikling

Den femte tradisjonen gjenoppretter formålet med våre liv: å bære et enkelt budskap til den aktive rusavhengige. I tjeneste for det formålet rekker vi ut en hand. Vi starter og støtter møter. Vi bringer budskapet, arbeider trinn, er sponsor, bryr oss og deler.

Vår lidenskap for tilfriskning er en konstant kilde til takknemlighet. Når en rusavhengig blir rusfri, stopper vi ikke. Vi fortsetter å nå ut. Når hundre, tusen eller ti tusen rusavhengige blir rusfrie, stopper vi ikke. Det er alltid en narkoman som er ute etter å høre NA-budskapet.

"Enhet"

"Ærlighet"

"Åpenhet"

"Villighet"

"Kjærlighet"

"Tilfriskning"

"Felleskap"



NA Norge

FU - Fellesskapsutvikling

Anonyme Narkomane har vokst fra en drøm til et verdensomspennende fellesskap fordi så mange medlemmer, inspirert av en følelse av formål, har gitt fritt for å gjøre tilfriskning til en realitet over hele verden. Håpet vårt vokser når vi ser programmet i aksjon. Vår vilje vokser når vi ser og opplever miraklet til tilfriskning i hele dets ekstraordinære mangfold.

*I stedet for å jage etter meningsløse mål,
blir vi i dag drevet av en følelse av mening.
Opplevelsen av takknemlighet er motivasjon for endring.
Når vi bærer budskapet, forvandles våre egne liv.*

"Enhet"

"Ærlighet"

"Åpenhet"

"Villighet"

"Kjærlighet"

"Tilfriskning"

"Felleskap"



NA Norge

FU - Fellesskapsutvikling

1. Hvordan hørte jeg budskapet fra NA første gang?
Hva hjalp meg til å høre det?
2. Som NA-medlem, hva er budskapet jeg bringer?
Hva betyr det for meg å frembringe et klart NA-budskap?
3. Hvordan forsto jeg frihet fra aktiv avhengighet da jeg var nykommer?
Hvordan forstår jeg det i dag?
4. Hvis budskapet vårt er håp og løfte om frihet, hva er mitt håp i dag?
5. Nøler jeg med å dele mine egne utfordringer og kamper?
Hvordan føler jeg meg når et mer erfarent medlem deler om pågående vanskeligheter og kamper?
6. Hvordan er jeg mest effektiv når jeg bærer fram budskapet?
Hva kan jeg gjøre som jeg ikke allerede gjør?

"Enhet"

"Ærlighet"

"Åpenhet"

"Villighet"

"Kjærlighet"

"Tilfriskning"

"Felleskap"



NA Norge

FU - Fellesskapsutvikling

Gruppe 1 svarer på spørsmålene; 1 og 2

Gruppe 2 svarer på spørsmålene; 3 og 4

Gruppe 3 svarer på spørsmålene; 5 og 6

Dere finner også spørsmålene på chatten. Dere får totalt 20 minutter på dere. Dere velger en "ordstyrer" og en sekretær. Sekretæren legger fram svarene etterpå. Fint om sekretæren også kan ta bilde av svarene og sende oss de, da vi legger de ut på service-siden vår (vi renskriver de, så prøv å skriv forståelig :) Vi vil droppe innom gruppene underveis.

Er det noe dere lurer på angående spørsmålene eller prosessen?

"Enhet"

"Ærlighet"

"Åpenhet"

"Villighet"

"Kjærlighet"

"Tilfriskning"

"Felleskap"



NA Norge

FU - Fellesskapsutvikling

Velkommen tilbake!

Da starter vi med gruppe 1.

(Bilde av svarene kan sendes 414 38 955)

"Enhet"

"Ærlighet"

"Åpenhet"

"Villighet"

"Kjærlighet"

"Tilfriskning"

"Felleskap"



NA Norge

FU - Fellesskapsutvikling

10 minutters pause

"Enhet"

"Ærlighet"

"Åpenhet"

"Villighet"

"Kjærlighet"

"Tilfriskning"

"Felleskap"



NA Norge

FU - Fellesskapsutvikling

TRADISJON 6

En NA-gruppe bør aldri gå god for, finansiere eller låne NA-navnet til noe beslektet formål eller utenforstående foretak, ellers kan problemer med penger, eiendom eller prestisje skille oss fra vårt hovedformål.

I trinn seks minner Basic Text oss om at vi er mennesker, våre tanker vandrer ut av kurs. Vi merker ikke alltid når vi er på vidvanke. Dette er den store utfordringen for mange av oss når vi øver på meditasjon, eller til og med sitter i et møte. Å være konsentrert uten å sjekke telefonen eller føre sidekonversasjoner kan være overraskende vanskelig, spesielt når vi har følelser vi helst vil unngå.

"Enhet"

"Ærlighet"

"Åpenhet"

"Villighet"

"Kjærlighet"

"Tilfriskning"

"Felleskap"



NA Norge

FU - Fellesskapsutvikling

Tradisjon seks antyder at de tingene som avleder oss, for det meste er de vi bruker for å mate selvbesettelsen. Når vi lar gå illusjonen om at ting utenfor oss selv vil fylle tomrommet inni oss, kan vi slutte å forvrenge verktøy til våpen som vi bruker mot oss selv.

Jo bedre vi er i stand til å holde oss til de tingene som virkelig betyr noe for oss, jo bedre blir vi i stand til å forstå vår Høyere Makts vilje for oss og finne kraften til å gjennomføre den. En måte å starte på er å erkjenne at nykommeren virkelig betyr noe for oss, og at det er opp til oss å sikre at budskapet når ut.

*Når vi motstår impulsen om å bli avledet, å vandre ut av kurs,
er vi til stede for miraklet.*

Livet vi redder kan være vårt eget.

"Enhet"

"Ærlighet"

"Åpenhet"

"Villighet"

"Kjærlighet"

"Tilfriskning"

"Felleskap"



NA Norge

FU - Fellesskapsutvikling

1. Hvordan påvirker min forståelse av tradisjon seks hvordan jeg deler?
2. Blir jeg distraheret eller avledet av mine fordommer over andre?
3. Hvordan kan det å lytte etter vårt budskap hjelpe meg å legge til side forstyrrende detaljer?
4. Bruker jeg jobben min, personlige prestasjoner eller tjenesteforpliktelser for å prøve å ha mer troverdighet eller autoritet i NA-møter eller i tjeneste?
5. Beskriv eventuelle sammenhenger mellom denne tradisjonen og en eller flere av de tolv trinnene. Hva lærer disse sammenhengene meg om min tilfriskning?

"Enhet"

"Ærlighet"

"Åpenhet"

"Villighet"

"Kjærlighet"

"Tilfriskning"

"Felleskap"



NA Norge

FU - Fellesskapsutvikling

Gruppe 1 svarer på spørsmålene; 1 og 2

Gruppe 2 svarer på spørsmålene; 2 og 3

Gruppe 3 svarer på spørsmålene; 4 og 5

Dere finner også spørsmålene på chatten. Dere får totalt 20 minutter på dere. Dere velger en "ordstyrer" og en sekretær. Sekretæren legger fram svarene etterpå. Fint om sekretæren også kan ta bilde av svarene og sende oss de, da vi legger de ut på service-siden vår. Vi renskriver de, så prøv å skriv forståelig :)

Vi vil droppe innom gruppene underveis.

Er det noe dere lurer på angående spørsmålene eller prosessen?

"Enhet"

"Ærlighet"

"Åpenhet"

"Villighet"

"Kjærlighet"

"Tilfriskning"

"Felleskap"



NA Norge

FU - Fellesskapsutvikling

Velkommen tilbake!

Da starter vi med gruppe 1.

(Bilde av svarene kan sendes 414 38 955)

"Enhet"

"Ærlighet"

"Åpenhet"

"Villighet"

"Kjærlighet"

"Tilfriskning"

"Felleskap"



NA Norge

FU - Fellesskapsutvikling

Kontakt FU på mail: fu@nanorge.org

Dere finner også informasjon om oss på vår hjemmeside nanorge.org. Gå til fanen «Service» og klikk på «FU-Komitéen».

For ordensskyld; det finnes mye annen relevant informasjon om NA på våre hjemmesider. Det er bare å surfe rundt der 😊

"Enhet"

"Ærlighet"

"Åpenhet"

"Villighet"

"Kjærlighet"

"Tilfriskning"

"Felleskap"



NA Norge

FU - Fellesskapsutvikling

Da avslutter vi workshopen med sinnsrobønnen.

Vil noen lese den?

**Gud, gi oss sinnsro,
til å akseptere de ting vi ikke kan forandre.**

**Mot til å forandre de ting vi kan,
og visdom til å se forskjellen.**

Kom tilbake, det virker.

"Enhet"

"Ærlighet"

"Åpenhet"

"Villighet"

"Kjærlighet"

"Tilfriskning"

"Felleskap"



NA Norge

FU - Fellesskapsutvikling

Tusen takk

for en

fin workshop!

