

DAGENS
ÅNDELIGE
PRINCIP

Dagens åndelige princip
kladde oversat fra
A Spiritual Principle a day
Copyright © 2022 for
Narcotics Anonymous World Services, Inc.
Alle rettigheder forbeholdes
Må ikke distribueres udenfor NA

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

Oversat og godkendt af OU-NA-Danmark

Forord

Hver dag vi vågner op clean, giver os muligheden for at søge et liv med forbindelse – til os selv, til vores NA fæller og andre vi elsker, til service og til en kraft stærkere end os selv. Indeholdt i de 366 tekster i denne nye udgivelse, *Et åndeligt princip til hver dag*, er udtryk for den forbindelse vi søger. På Narcotics Anonymous møder, på konventer, i serviceaktiviteter og i hverdagssamtaler med hinanden, taler vi meget om at leve efter åndelige principper, deler vores erfaring – både direkte og indirekte – om hvad det betyder og hvordan vi gør det. Vores overordnede formål med dette projekt er at skabe en bog som kan inspirere NA-medlemmer i hele verden og vække tanker om forbindelsen mellem åndelige principper og bedring fra addiction. *Et åndeligt princip til hver dag* er ment til at forsyne os med praktiske redskaber der omhandler hvordan vi stræber efter at leve åndeligt i bedring, møde livet på livets betingelser, og hvordan vi støtter hinanden til at gøre dette. Strukturen i hver daglig meditation – et citat fra NA-litteratur, en kort tekst og noget til at reflektere over på dagen – tilbyder os som individer, møder, grupper og sponsorshipfamilier et udgangspunkt for refleksioner, diskussioner, delinger eller hvordan vi ellers vælger at fortsætte.

Hvordan *Et åndeligt princip til hver dag* blev skabt

Ideen til *Et åndeligt princip til hver dag* kom fra os, Fællesskabet Narcotics Anonymous. Verdensservicekonferencen (WSC) i 2018 godkendte en projektplan for en ny bog til at udforske et åndeligt princip hver dag i året. Dette skridt var baseret på information samlet i 2017 medlemsundersøgelsen fuldført af medlemmer fra 37 lande fordelt på 6 kontinenter. Vores respons indikerede et overvældende ønske om at høre stemmen fra andre NA-medlemmer, at lære hvordan andre anvendte åndelige principper i deres hverdag, og at læse om hvordan det at leve efter åndelige principper former vores erfaring.

Da missionen med at skabe denne bog var sat i gang af Fællesskabet på WSC, stod vi med opgaven at regne ud hvordan denne opgave kunne fuldføres. Især: Hvordan udvikler vi et stykke litteratur der beskriver omfanget af åndelige principper som NA-medlemmer praktiserer – og de mange forskellige måder, hvorpå disse principper praktiseres i vores hverdag?

iii

Ligesom al NA-litteratur, blev denne bog skabt af NA-medlemmer for NA-medlemmer. For at afspejle erfaringen fra vores evig foranderlige, verdensomspændende Fællesskab, inkluderede udviklingsprocessen flest mulige NA-medlemmer – lige så mange og så forskellige repræsentanter fra vores Fællesskab som havde været med til beslutningen. Deltagere i processen var både geografisk, sprogligt og kulturelt forskellige, ligesom cleantime og åndelig praksis varierede.

Teksterne i denne bog stammer fra tusindvis af sider med materiale sendt af individuelle medlemmer, møder og grupper, og fra *Et åndeligt princip til hver dag* workshops og aktiviteter i hele verden. En arbejdsgruppe sammensat af en alsidig gruppe af NA-medlemmer blev samlet for at udvælge detaljerne i Fællesskabets opfordringer til indholdet i den nye bog, at vælge citater fra NA-litteraturen der relaterer til hvert åndelige princip, læse alle indlæggene fra medlemmer og identificere de elementer der skulle væves sammen til at skabe denne bog. Forfattere, som også er NA-medlemmer, blev hyret til at udvikle og kreativt forbedre teksterne, baseret på arbejdsgruppe, World Board og Fællesskabs gennemgang og forslag. Udkast af tekster, samt den foreløbige liste af principper, der skulle behandles, blev slået op online, så enkeltmedlemmer og grupper kunne komme med feedback mens arbejdet foregik. Hele processen, fra idé til produktion, tog mere end fire år.

Disse sider indeholder resultatet af processen. Dette er NA-sammenhold i handling. Teksterne eksemplificerer, hvad åndelige principper betyder i NA, og giver praktiske, genkendelige overvejelser om hvor de kan anvendes i vores hverdag, både inde og udenfor NA. Vores Fællesskab forestillede sig en omfangsrig og bredt appellerende bog i hvilken individuelle tekster tjener forskellige funktioner – inspirerende, lærerige, hjertevarme, humoristiske og *virkelige*. Denne vidtfavnende tilgang betyder at ikke alle tekster vil vække genklang hos alle, men det sikrer at vi alle vil genkende os selv nogle steder i denne bog. Dette er vores historier, vores erfaring, vores stemmer.

Anvendelse af *Et åndeligt princip til hver dag* i vores bedring

Baseret på anbefalingerne fra Fællesskabet, har vi struktureret *Et åndeligt princip til hver dag* som en daglig meditations bog, magen til Bare for i dag (BFID). Hver side belyser et åndeligt princip med et citat fra vores mængde af NA-litteratur. Uddraget efterfølges af en meditation på princippet og en refleksion til dagen.

Hvad vi gør med disse ord på siderne er helt op til os selv. Valgene kan variere, måske lige så forskellige som vi er. Helt sikkert, at bruge den skrevne opfordring i bunden af hver side til at inspirere vores personlige meditationspraksis er en mulighed, men det er en af mange.

Et åndeligt princip til hver dag er produkt af kærlighed ment til at møde enhver af os lige hvor vi er, når vi tager bogen op. Vi kan starte *Et åndeligt princip til hver dag* møder, nøjagtig som vi har gjort med *Livet som clean*, *BFID* eller *Vejledende Principper*. Vi kan bruge den til at begynde eller slutte dagen med meditation, skrivning eller bøn. Vi kan bruge den som en måde at forbinde os til vores Højere Magt. Vi kan dele om den med vores sponsees som hjælp til at udvide deres (og vores) forståelse af hvordan et bestemt åndeligt princip påvirker vores liv på et givent tidspunkt. Ønsker du at fokusere på et åndeligt princip en hel uge? Find det i listen bag i bogen og begynd!

Nogle af os synes måske listen er for lang, mens andre helt sikkert vil finde principper som skulle have været med. Vores forhold til principperne vil være forskellig, ligesom den daglige læsning vil ramme os forskelligt. Vores håb er, at vi hver især vil finde noget på disse sider som vi kan identificere os med, sympatisere med, bestræbe os efter og håbe på. Når vi fortsætter med vores udvikling, individuelt og som Fællesskab, kan vi alle forvente at lære en masse af hinanden, i takt med at vi opdager kreative tilgange til at engagere os i *Et åndeligt princip til hver dag*