



THE INTERNATIONAL JOURNAL OF NARCOTICS ANONYMOUS



APRIL 2007  
VOLUME TWENTY-FOUR  
NUMBER TWO

مجله راه NA  
نشریه بین المللی معتادان گمنام  
۲۰۰۷ آپریل



# یادداشت سردبیر

در کار حمایت از انجمن، چه ارزش‌هایی رهنما ماست؟ کتاب پایه از سی روز پیش که در سایت گذاشته شده، چند بار مرور شده؟ چه چیزهایی به گروه‌های خانگی ما هویت می‌دهند و آن‌ها را تقویت می‌کنند؟ آیا می‌شود بدون کار کردن قدم‌ها و ارتباط با راهنمای «سر و ته قصیه را هم بیاوریم»؟ موضوع این شماره، همین پرسش‌ها و مسائلی از این دست است. گفتن ندارد که برای بعضی از این پرسش‌ها، پاسخی قطعی نمی‌توان یافت، اما تجربه‌های اعضای ما بی‌تردید بصیرتی ارزشمند در این زمینه به دست خواهد داد. هیات امنای شما، هر شماره فکرهایی را که برای نام گذاری ستون تازه‌روابط عمومی ارائه داده، به ما می‌رسانند. سپاس گزاریم. از میان آن‌ها، نامی ساده و موجز را انتخاب کرده ایم: «خبر روابط عمومی». همچنان چشم انتظار نظرهای شما در مورد مطالب چاپ شده در این ستون و سایر بخش‌های مجله هستیم، چون مجله راه NA متکی به نظرها و پاسخ‌های شماست.

علاوه بر این، از تمام کسانی که در سال گذشته در صفحه‌های «آهالان» تجربه‌هایشان را در میان گذاشته‌ند سپاس گزاری می‌کنیم. حالا، برای این ایده جدید حریف می‌طلبیم؛ برای ما از خنده دارترین حادثه‌های مربوط به دوران بهبودی بنویسید؛ از خطی کاشتن‌ها، از آن تجربه‌هایی که آدم را از خنده روده بر می‌کند. ما که همه می‌دانیم تمام این تلاش‌ها جز برای رساندن پیام نیست، پس باید هدف اصلی مان را از یه شکم

دی جی، سردبیر

## نشریهٔ بین‌المللی انجمن معتادان گمنام

### سردبیر دی جنکینز

#### ویراستارها

#### دیوید فار لی منچستر

#### هماهنگی تولید فاتیا بیرالت

#### هیئت مشاور تحریریه

ماک اچ - دی گیل، دی کیت، ان، مارک جی،  
ردم راوی، شریل وی

### World Service Office PO Box 9999

Van Nuys, CA 91409 USA

Telephone: (818) 773-9999

Fax: (818) 700-0700

مجله راه NA از مشارکت خوانندگان خود استقبال می‌شود. از شما دعوت می‌شود تا در فعلی نامه بین‌المللی ما تجربه خود را با انجمن NA در میان بگذارید. تجربه‌تان را از بهبودی، بیدگاه‌هایتان را در مورد مسائل مطباق و مطالب مهم را برای ما معرفی‌نمایید. تمام مطالب رسیده بایکل خدامهای انجمن معتادان گمنام (شرکت ثبات شدید) تلقی خواهد شد. تنشی پست بخشش‌های اشتراک تحریریه و

اور مالی 91409-PO Box 9999, Van Nuys, CA 91409. مجله راه NA متعکس‌کننده تجربیات و نظرات فردی اعضا این گمنام است. نظرات ارائه شده تایید به کل انجمن معتادان گمنام نسبت داده شود. همچنین چاپ هیچ‌یک از مقالات به معنای تایید آن از سوی انجمن معتادان گمنام، مجله راه NA یا شرکت خدمات جهانی انجمن معتادان گمنام نیست. اگر مالی به دریافت اشتراک رایگان مجله راه NA هستید، لطفاً نشان زیر را پس‌بندی کنید. naway@na.org

مجله راه NA (The NA Way Magazine, ISSN 1046-5421) NA (The NA Way Magazine, ISSN 1046-5421) NA (Narcotics Anonymous) و معتادان گمنام (Narcotics Anonymous) هستند. مجله راه NA به صورت فصلنامه توسط شرکت چهانی انجمن معتادان گمنام هستند. خدمات جهانی معتادان گمنام به شناسی 19737 Nordhoff Place, Chatsworth, CA 91311 در سانتا کلارتا در کالیفرنیا، و به صورت منتشر می‌شود. مخراج پست نشریه در سانتا کلارتا در کالیفرنیا، و به صورت موارد ثبت‌شده اضافی پرداخت می‌شود.

حل اصلی ارسال پام (POSTMASTER): لطفاً نظرات مربوط به شناسی راه این آدرس برای مجله راه NA ارسال کنید: The NA Way Magazine, PO Box 9999, Van Nuys, CA 91409-9099.

مجله راه NA از نامه‌های تمامی خوانندگان استقبال می‌کند. شما می‌توانید در پاسخ به هر یک از مقالات چاپ شده در راه NA، یا فقط برای طرح دیدگاه‌تان در مورد یک مسئله موردن توجه در انجمن NA به سردبیر نامه بنویسید. مطالب نباید بیش از ۲۵۰ کلمه باشند، و حق ویرایش آن‌ها برای مجله محفوظ است. هر نامه‌ای باید دربردارنده امضا، نشانی معتبر، و یک شماره تلفن باشد. نام کوچک و حرف اول نام خانوادگی در پایان مقاله ذکر خواهد شد مگر آن که نویسنده تقاضای گمنام ماندن کرده باشد.

مجله راه NA که به زبان‌های آلمانی، اسپانیایی، انگلیسی، پرتغالی، فارسی، و فرانسه منتشر می‌شود، به اعضای انجمن معتادان گمنام تعلق دارد. بنابراین، هدف آن فراهم آوردن اطلاعات مربوط به بهبودی و خدمت، و نیز سرگرمی‌های مرتبط با بهبودی برای اعضاست، و به مباحث و وقایع جاری مربوط به تک‌تک اعضای ما در سراسر جهان می‌پردازد. در راستای این هدف، هیأت تحریریه خود را ملزم به تهیه مجله‌ای می‌دانند که پذیرایی مقالات کوتاه و بلند اعضا از سراسر جهان باشد و در عین حال، جدیدترین اطلاعات مربوط به رویدادها و مسائل خدماتی را ارائه دهد. از همه مهم‌تر، این نشریه‌ای است در بزرگداشت پیام بهبودی ما: «که یک معتاد، هر معتادی، می‌تواند مصرف مواد را ترک کند، از میل شدید به مصرف خلاصی یابد، و راه و رسم جدیدی برای زندگی کردن پیدا کند».

# سخن



## چیزهایی که بھایش را می دهم

همیشه از روزی که باید اظهارنامه‌های مالیاتی را پر می‌کردم وحشت داشتم. البته در زمان مصرف که اصلاً خودم را معاف از مالیات به حساب می‌آوردم، این بود که بهندرت این ورقه‌ها را پر می‌کردم. تازه، از آنجایی که به نظرم می‌رسید دولت به اندازه کافی پول توی دست‌و بالش دارد، خودم را مجاز دیدم تا در همان یکی دو اظهارنامه‌ای هم که از سر ناچاری فرستادم، خلاصت به خرج بدhem. یعنی راستش تقلب کردم.

یکی دو سالی از پاکی ام می‌گذشت که خدا راهنمایی سر راهم گذاشت که می‌توانستم با او در مورد رنجش‌هایم از مقامات و دولت صادق باشم. من البته گردن گرفتم که در مورد مالیات‌ندادن کوتاهی از من بوده، ولی باز هم خیال می‌کردم کار که به جبران خسارت بکشد، شاید راهنمایم بگذارد قضیه را زیرسپیلی در کنم. انواع و اقسام دلیل‌ها و توجیه‌ها را هم داشتم؛ این که پرداخت مالیات عقب‌افتاده چه خسارتی ممکن است به خانواده‌ام بزند یا از توانم برای اشغال‌زایی و فایده‌رسانی به جامعه بکاهد؛ یا این که دولت به بسیاری از سرزمین‌های دنیا دست‌درازی کرده و دیگر انصاف نیست پول مرآ هم بگیرد. خودم را آماده کرده بودم تا به ضرب تمانده مهارتمن در زبان‌بازی، از زیر بار این تکلیف شانه خالی کنم، ولی راهنمایم هیچ توجهی به این حرف‌ها نکرد و رک و راست به من گفت بروم مالیاتی را که بدھکار بودم پیردازم. او به من اطمینان داد به محض اتمام این کار و سایر جبران خسارت‌هایی که فهرست کرده بودم، احساس آسودگی خواهم کرد. همین شد که من بعد از چند سال قسط دادن و صرفه‌جویی، دیگر به هیچ کس، از جمله عمو سام، بدھکار نبودم. حق با راهنمایم بود که اطمینان می‌داد این جبران خسارت‌ها، باعث خواهد شد من مژه‌آزادی و آسایش را بچشم.

من دیگر از اظهارنامه پر کردن وحشتی ندارم. اشتیاه نکنید: چندان هم خوشحال نمی‌شوم که پول بی‌زبانم را همین طوری بدhem بروند. اما متوجه این تکلیف هستم، و مایلم قوانین را رعایت کنم. در واقع، به این نتیجه رسیده‌ام که ترتیب دادن کارهای مالیاتی باعث می‌شود من یک جور ترازنامه<sup>®</sup> مالی سالیانه برای خودم بنویسم. این که آدم متوجه بشود چه قدر برای چه چیزهایی خرج می‌کند مقوله<sup>®</sup> جالبی است. به عبارتی، شیوه‌خوبی است تا بینیم بهای چه چیزهایی را می‌دهیم. این قضیه مخصوصاً هنگامی مصدقای پیدا می‌کند که به مخارجی دقیق می‌کنم که در زمرة هزینه مسکن، خورد و خوارک، آب و برق و سایر ضروریات قرار نمی‌گیرد. بر همین اساس می‌توانم بهتان بگوییم که من خیلی هم اهل سینما و تئاتر رفتن نیستم، و دلم می‌خواهد خیلی بیش تر از این‌ها کتاب بخرم.

این تکلیف سالیانه در ضمن باعث می‌شود تا بهتر بینیم به کدام‌یک از فعالیت‌های بشردوستانه، خیریه‌ها، نهادهای خدمات عمومی و اقدامات مددرسانی یاری می‌کنم. با بیش تر شدن امکان پس انداز، میزان اعانه‌هایی که من پرداخت می‌کنم بیش تر شده است. این به نظرم معمول است، چون قیمت همه چیز در این مدت گران‌تر شده. وقتی من پاک شدم، هر گالان بزرگ یک دلار و بیست و پنج سنت بود، سیگار بسته‌ای یک و نیم دلار، یک قرص نان ۵۵ سنت، و آب خوردن هم همین جور مفتکی از شیر آب می‌ریخت توی لیوان. آن وقت‌ها، من یک دلار توی سبد سنت هفتم می‌انداختم.

از زمان پاکی من به این طرف، خیلی چیزها عوض شده. قیمت بیش تر کالاهای مصرفی من دو یا سه برابر شده. حالا من به اندازه کفایت پول دار هستم که بتوانم هر سال، به اندازه همان بدھی مالیاتی عقب‌افتاده وحشت‌انگیز در ابتدای پاکی ام اعانه بدhem. با این همه، امسال متوجه شدم که هنوز هم دارم همان یک دلار را در سبد سنت هفتم می‌اندازم، و روش منظم و برنامه‌ریزی شده‌ای برای کمک به انجمنی که زندگی ام را نجات داد تعیین نکردم.

امسال زندگی من خیلی برکت داشت - از جمله دورقمی شدن سال‌های پهلوی ام، فارغ‌التحصیل شدن بچه‌هایم، و تولد اولین نوه‌ام - و شاید هم به خاطر همین برکت‌ها بود که بهوضوح متوجه شدم چه قدر خودخواه هستم. این که من بخش اندکی از دارایی ام را صرف کمک به دیگران کرده‌ام، به این معناست که در مقدم دانستن کمک مالی به انجمن معتادان گمنام هم که بیش ترین سهم را در موفقیت و سعادت من داشته، کوتاهی کرده‌ام. دلیل این کوتاهی هم فقط بروز خودمحوری و ناخن‌خشکی من است. من می‌دانم که فایده کمک مالی به گروه، ناحیه، منطقه، و خدمات جهانی، در نهایت به خیلی از معتادان می‌رسد، چه آن‌هایی که

حواله هست که آن

ی دلاری که من امروز در

سبد می‌اندازم،

تقریباً معادل

بیست و پنج سنت در

اوایل پاکی ام است

در حال بھبودی اند و چه آن هایی که هنوز در تلاش دیرافت این پیام هستند. از هزینه پست کتاب ها و جزو ها، برپایی جلسات و همایش ها، تهیه جا برای دفترهای اداری و دستمزد کارمندان باخبرم. می دانم هزینه رساندن پیام به معتمدان در حال عذاب سخت بالا رفته، معتمدانی که ممکن است ساکن آفریقای جنوبی باشند، یا شمال هند، یا شرق نیوگرلستان. و حواسم هست که آن ی دلاری که من امروز در سبد می اندازم، تقریباً معادل بیست و پنج سنت در اوایل پاکی ام است.

بنابراین امسال تصمیم گرفته ام کاری در این مورد بکنم، و این هم برنامه ام:

◆ دست کم دو دلار در سبد خواهم انداخت،

و اگر پول اضافه داشتم، پنج دلار. یعنی معادل افزایش قیمت ی گالن بنزین.

◆ در سالگرد پاکی ام، به ازای هر سال

پاکی ده دلار به خدمات جهانی که خواهم کرد.

◆ ی برنامه ماهانه برای که مالی

به خدمات جهانی ترتیب خواهم داد، مشابه برنامه ای که برای

تشکل های دیگر دارم (نگاهی به

سایت اینترنتی NA کردم و دیدم

آن جا خیلی راحت می شود این کار را کرد).

◆ به یاد خواهم داشت که برکت های

زندگی ام را با دیگران قسمت کنم -

اگر منفعت یا سود اضافه ای به دستم رسید، سعی می کنم پاسخ

بخت مساعد را با بخشش بدهم.

می دانم که شاید نتوانم این برنامه را تمام و کمال عملی کنم، اما از بسیاری از دوستانم در انجمن یاد

گرفته ام که اگر جداً به این هدف پای بند باشم و اعتقادی راسخ داشته باشم، موفق خواهم بود و به

گشايشی فراتر از آن چه راهنمای اولم درباره اش صحبت کرده بود دست خواهم یافت. او دیگر در این جهان نیست، اما مطمئن خوشحال می شد اگر

می دانست من همچنان به رشدم در دوران بھبودی ادامه می دهم.

خلیل، جورجیا، آمریکا



اولین باری را که پیام NA برای تان «جا افتاد»، روزی را که بالاخره معلوم شد برای شما هم واقعاً امید بھبودی هست، به یاد دارید؟ از روزهای بعدی دوران بھبودی، هنگامی که ابرها کنار رفتند و انگار نور درخشان خورشید زندگی تان را روشن کرد، چه تجربه هایی به یاد دارید؟ این ها، همان است که ما اسمش را گذاشته ایم لحظه های «آهالان!».



لحظه «آهالان» من ده سال قبل اتفاق افتاد که من یکی از جلسه های NA را پیدا کردم. جلسه در زیرزمین کلیسايی در سانتا ماریا د فیرا در شمال پرتغال برگزار می شد. در نظر اول خیلی باحال بود: تعدادی آدم خوش سر و ظاهر در ی اتاق کم نور دوچرخه جمع شده بودند. یادم می آید همین طور که در جلسه به مشارکت دیگران گوش می دادم، فکر کردم: «من هم مثل این ها هستم! تمام عمرم نبال چنین جایی بودم! آن قیافه ها، مشارکت ها، و آن جاکلیدی خوش آمدید» را که به دستم دادند همیشه در خاطر خواهم داشت. گروه از آن جاکلیدی ها نداشت، اما یکی اعضا که او هم نامش کارلوس بود، مال خودش را به من داد.

کارلوس سی، لوسادا، پرتغال

لحظه «آهالان» من سه ماه بعد از پیوستن من به NA پیش آمد. من بیست و هشت سالم بود که چهارده سالش را در گیر مصرف بودم، بنابراین در مورد پاک ماندن تردید ها و ترس های عمیقی داشتم. تعییر زمین و یار بازی برایم جا افتاده بود و این کار را هم کرده بودم، اما پس ذهنم نوعی «اگر - چی؟» داشتم. اگر کسی به من مواد تعارف کرد چی؟ می توانم ردش کنم یا عین کسی که تزربیش دیر شده می قاپمیش؟ سه ماه از پاکی ام می گذشت که درست چنین وضعیتی پیش آمد. یکی از آشنایها که می دانست من پاکم ولی یادش رفته بود، جنس محظوظ همیشگی ام را تعارف کرد. چنان مثل آب خوردن جوابش دادم: «نه، ممنون، من دیگر اهلش نیستم» که خودم دهنم از تعجب باز ماند. باورم نمی شد این حرف از دهن من معتمد درآمده باشد! من اسم این را لحظه «آهالان» دوبله می گذارم، چون آن وقت بود که فهمیدم برای من هم جای امید هست و در ضمن نیروی برتری هم وجود دارد. آن شب من تنها نبودم، و از این بابت شکرگزارم. ملودی جی، نبراسکا، آمریکا

# نه ممنون!

## اگر - چی؟

# مارکت



## تسلييم

تسلييم اصل محظوظ من است. وقتی بر این اساس رفتار می کنم، معمولاً درمی یابم اگر در همان اول کار تسلييم می شدم، لازم نبود این همه درد بکشم.

ی راه تسلييم، «واگذار کردن» قضيه به نيريوي برتری است که خودم می شناسم. جالب است که جواب، با درخواست کردن من پیدا می شود - گيرم نه هميشه همان جوابي که من دلم می خواهد، بلکه جوابي که راه گشاست، اگر تسلييمش باشم.

هفت سال پيش که من از روی كتاب راهنمای کارکرد قدم کار کردن قدم ها را با راهنمایم شروع کردم، جواب دعاهای من برای یافتن راه درست، معمولاً تسلييم شدن به واقعیت بود و نوشتن درباره قدیمی که در آن موقع مشغول کار کردنش بودم، آن قدم - هر کدام که بود - باعث می شد هر چیز را سر جای خودش ببینم و در نتیجه بتوانم واقعیت را در ک کنم و پذیرم.

همان وقت ها بود که بین من و مردی که دوستش داشتم اخلاقی افتاد. من بی وقfe به نوشتن درباره قدیمی که آن موقع مشغول کار کردنش بودم ادامه دادم. دست آخر به این نتیجه رسیدم که مطلوب من مصالحه ای است که دل گيری ام را بطرف کند. من نمی توانستم نگرش او را عوض کنم، پس از تلاش برای «محق بودن» دست کشیدم. آرامشم برای من مهم تر بود از این که به طرف بقبو لام «حق» با من است.

علاوه بر اين ها، تسلييم مرا در «حال» نگه می دارد. بيماري ام دوست دارد من در حسرت گذشته و ترس از آينده باشم. ترس خودمحورانه در مغز بيماري ما قرار دارد. من هم به اندازه کافی حسرت گذشته را خورده و به پیشواز مصیبت های آينده رفته ام، اما وقتی بتوانم در لحظه زندگی کنم و عجزم را در برابر گذشته و آينده پذيرم، می توانم آرام و خشنود باشم.

در دوران سه زدایی، ی روز با یکی دیگر از رفقاء بستری بیرون رفته بودم که سیگار بکشیدم. از من پرسید چه تعريفی از موفقیت دارم. لحظه ای فکر کردم و جواب دادم موفقیت از نظر من این است که شب ها با آرامش سرم را روی بالش بگذارم. من وقتی می توانم این کار را بکنم که در برابر عجزم تسلييم باشم، شاید به همین دليل اصل محظوظ من تسلييم است - به اين دليل که باعث می شود احساس کنم زندگی موفقی دارم.

كتسي واي، باريسلون، اسپانيا



# دور از غم‌ها

اسم من شاون است. من معناد در حال بهبودی هستم و عضو گروه وال در ندامت گاه ایالتی اورگون. من مصرف را از سن پنج یا شش سالگی شروع کردم؛ با برادر بزرگ ترم و مواد فروشی که توی چادری در حیاط خلوت ما زندگی می‌کرد. اعتیاد من همان سیر طبیعی اش را از بار اول مصرف تا اوخش طی کرد و من از یازده سالگی به بعد در انواع و اقسام دارالتدابیب‌ها بزرگ شدم. یادم نمی‌آید هیچ وقت واقعاً با مواد عشق و حالی کرده باشم. مصرف برای من فقط نوعی فرار بود، یا جور کرخ کردن خودم در برابر واقعیت‌های زندگی— خلاصه هر کاری که احساساتم را تغییر بدهد یا خفه شان بکند، شده هی برای چندلحظه مصیبت بار. اما هرچه دورتر و تندتر می‌دویم باز از دست خودم خلاصی نداشت! هر جا می‌رفتم، همان بودم که بودم. امروز من تصمیم گرفته ام عمرم را به پاکی بگذرانم و مردانه با مشکلات و احساساتم رویه رو شوم؛ تصمیمی که سخت‌آرامش بخشن ازاب در آمده است. حالا می‌فهمم که خدا مرا برای نشئه کردن و فرار از زندگی خلق نکرد.

خواست خدا می‌کردم. رفتم به مهدکودک تا از بچه هایم خداحافظی کنم. دو سه تکه از وسایل را جمع کردم، از کارم استغفا دادم، و آپارتمانم را با تمام وسایلش گذاشتم و رفتم. وقتی وارد مرکز درمانی شدم، چیزی نداشتم که از دست بدhem و زندگی در پیش رویم بود.

سعی کرده بودم خانه و شغل و بچه هایم را نگه دارم؛ اما عاجز بودم. بر اثر تسلیم، در راه بیداری روحانی قدم گذاشتم. بر اثر کار کردن قدم ها، متوجه شدم الگوهای رفتاری من تعییر نکرده. بر اثر کار کردن قدم چهار و پنج، مشکلات درونی ام روش تر شد و توانستم بسیاری از نفایص شخصیت را که باعث گمراهی ام می‌شد بشناسم. به یاری خدا توانستم بر بسیاری از نقاط ضعفم چیره شوم. هر روز کوشیدم تا قوی تر شوم، خود را چنان که هستم دوست بدارم، و به ی معناد در حال عذاب دیگر خدمت کنم. قدم ها به وجود اورنده راه و رسم تازه ای برای زندگی است، و به من امید داده تا روز دیگری را با موفقیت بگذرانم. باید بگویم که از نظر من آن چه بزرگ ترین تعییر را در زندگی ام ایجاد کرده، قدم چهار و پنج است. حتی اگر در خود من هیچ تعییری حاصل نشود، شکی نیست که مدت پاکی من همچنان رشد خواهد کرد.

رجینا سی، تگزاس، آمریکا

## زندگی در پیش رو

از همان اول زندگی، من مطمئن شده بودم هیچ کس نیست که از ته دل غم خوار من باشد یا دوستم داشته باشد. حاضر بودم برای رسیدن به هر نوع دوستی تا آخر دنیا بروم. سروکارم به مصرف کننده‌ها افتاد. این دوستان جدید مجبور نمکردد مصرف کنم، ولی ظاهرًا شاد شاد بودند و من هم همین را می‌خواستم. بر اثر مصرف، به تدریج خانواده، دوستان، دارایی و عزت نفسم را از دست دادم. در جریان یه طلاق و طلاق کشی رابطه جدیدی را شروع کردم، ولی وقتی به خودم اعتماد نداشتمن، چه طور می‌توانستم به دیگری اعتماد کنم؟

وضع مالی هم خراب بود. هر چه داشتم گرو گذاشتمن. سندان مغازه امانت فروشی را باید به نام من می‌زندن، چون بیش تر جنس هایش را من آورده بودم هر طور شده کارم را نگه می‌داشتمن، ولی هر چه درمی آوردم خرج مواد می‌شد. اشتیاق داشتم که ترک مصرف کنم، ولی نمی‌دانستم چه طور، تا مدت ها فقط به خودم متکی بودم. تبدیل شدم به یه زن سلطه جوی خودمحور بی ملاحظه. داشتم خودم را از بین می‌بردم.

اما بالاخره، پرده از جلوی چشم های من هم کنار رفت. روزی پنج نفر از دوستانم به آپارتمان من آمدند. یکی شان پنجاه سنت داشت، آن یکی بیست و پنج سنت، و سر جمع، همه مان پنج دلار داشتیم. با این که همه گرسنه بودیم، گفتن ندارد که غذا نخریدیم، و موادی هم که خریدیم فقط وسوسه مان را بیش تر کرد. آن روز فهمیدم که مصرف مواد فقط نشانه مختصری از معضل من است. که لازم داشتم، متوجه شدم که دیگر این راه را نمی‌شود ادامه داد. مستأصل بودم و باید اراده ام را تسلیم

همین چند وقت پیش من و یکی از رفقای عزیز هم بند انتخاب شدیم تا برای یه برنامه رادیویی سراسری با هم گفت و گو کنیم. این برنامه مجموعه ای بود از سرگذشت های شفاهی که در جاهای مختلف آمریکا ضبط و از رادیو پخش می‌شد و در اختیار آرشیو کتابخانه کنگره قرار گرفت. رفیق من در صحبت هایش گفت مطمئن است که بالآخره روزی از این ندامت گاه آزاد خواهد شد. بیست و پنج روز بعد از پخش گفت و گوی ما از رادیو، جسد او را که اوردوز کرده بود، در سلوش پیدا کردند.

این رفیق ما شوهر و پدری دوست داشتني بود و سیزده بچه و دوازده نوه داشت. شخصیت جذابی داشت و رفاقت سرش می‌شد. اگر کسی کمکی لازم داشت، درین نمی‌کرد. مرد مردانه ای بود. شرکت در جلسه ها را شروع کرده بود، ولی یه خط در میان می‌آمد. شکر خدا ما آن قدر برنامه را درک کرده بودیم که گذشته از این حرف ها در حق او محبت کنیم. او آدمی بود سرشار از خشم



# خودراهنماگری



اگر راهنما ندارید، کسی را پیدا کنید که در دسترس باشد و دانشی عملی درباره دوازده قدم داشته باشد. اگر مدتی است به راهنماییاتن تلفن نزدیک اید، تلفن زدن به روالی منظم را شروع کنید و نسبت به کار کردن قدم ها علاقه نشان دهید. اگر راهنماییاتن اصولاً در دسترس نیست، خب یکی دیگر را پیدا کنید. اگر راهنماییاتن انجام کاری را پیشنهاد کرد، به جای مخالف خوانی آن کار را امتحان کنید و نتیجه اش را بینید. یادتان باشد که قرار نیست قبل از طرح مشکلی با راهنماییاتن، راه حلش را داشته باشید.

# نامهٔ خوانندگان

آقای دکتر عزراeil؟

## تشکر از راه NA

با فرستادن این نامه می‌خواهم از شما که در این هشت سال راه NA را برایم فرستادید تشکر کنم. این مجله نقش بسیار مهمی در بهبودی من دارد و در تمام این سال‌ها یار من بوده است. وقتی فرم تقاضای اشتراک را برای تان فرستادم، شد داشتم که واقعًا مجله را به خانه ام ارسال کنید، چون آن سر دنیا زندگی می‌کنم. بی‌اعتماد بودم و بعد از یه ماه انتظار، رها کردم و دیگر چشم انتظار رسیدن مجله نبودم. آخر نمی‌دانستم مجله هر سه ماه یه بار منتشر می‌شود! نمی‌توانم برای تان توضیح بدهم که با رسیدن اولین شماره چه قدر هیجان زده و خوشحال شدم. حس می‌کردم جزئی هستم از یه کل، از یه چیز

در ستون روابط عمومی راه NA در شماره ژانویه، نکتهٔ بجایی مطرح شده بود. من که یه معتاد در حال بهبودی هستم و تحصیم داروسازی است، یادم می‌آید در یکارگاه منطقه‌ای، با بی‌ محلی یکی از اعضای NA مواجه شدم که داشت برای متخصصان همکار من جلسهٔ معارفه و اطلاع رسانی برگزار می‌کرد. هنوز یه بار نبرده ام که روزگاری به من لقب «آقای دکتر عزراeil» داده بودند. دارودمانی، هم برای کارشناسان پهداشت و درمان و هم برای معتادان در حال بهبودی، موضوعی پر از ابهام به نظر می‌رسد. از نظر عامه مردم، دارو در هر وضعیت و برای هر عارضه‌ای شفابخش است. واقعیت امر آن است که، به گمان من، نه اعضای NA نظر روشنی در باب این مسئله مطرح می‌کنند، نه کارشناسان پهداشت و درمان. NA زندگی مرا تغییر داده است، اما فشار خون من هنوز هم بالاست. صحبت از پرهیز کامل که می‌کنیم، انگار منظورمان این است که باید هر چه آنچه بیوتی و شبیت سینه و داروی ضدافسردگی هست، توی سطل آشغال ریخت. این، تازه یکی از جنبه‌های پر از ابهام مقولهٔ دارودمانی است. من زیاد اهل نقل قول کردن از کتاب پایه نیستم، اما این چند جمله در دوران بهبودی خیلی به من که کرده است:

برای ما استفاده از هیچ دارویی کاملاً بی‌خطر نیست. بدین ما بین داروهایی که پیش برای درد تجویز می‌کند و داروهایی که خودمان محض نشگی نسخه پیچی می‌کنیم فرقی تشخیص نمی‌دهد. مهارت ما معتادان در خودفریبی، در چنین شرایطی به اوج می‌رسد. (کتاب پایه) ما معتادها باید این مسئله را پیش چشم داشته باشیم. هیچ کارشناس درمانی تا وقتی خودمان آگاهش نکرده ایم، چیزی از اعیاد ما نمی‌داند. بشیش تر آنان نه معتاد بودن را تجربه کرده اند نه تصویری از مفهوم بهبودی دارند. در نشیرات ما نیز تصریح شده که در نهایت، خودمان مسئول بهبودی مان هستیم. چسبیدن به یه راهنمای، کار کردن قلم ها، و صادق بودن در مورد بیماری مان، همه پیشنهادهایی درخشان در این زمینه است. ما معتادها می‌توانیم اطلاعاتی در زمینهٔ اعیاد و بهبودی به کارشناسان درمانی بدهیم و از این طریق، دغدغه هایمان را با آنان در میان بگذاریم. این کار، دست کم، آنان را آگاه خواهد کرد که دغدغه‌اصلی ما در هنگام بروز بیماری، بهبودی ماست، و آنان نیز در بهبودی ما سهم دارند.

دان بی، تگزاس، آمریکا

## از آهان به ها - ها!

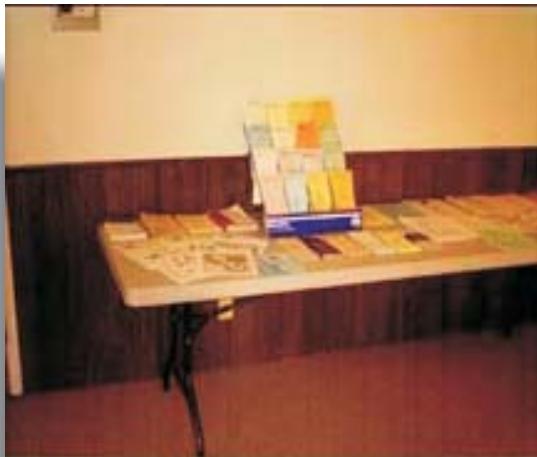
در طول سال گذشته، ماجراهای «آهان» اعضا از سراسر دنیا وقت مان را خوش کرد. متشکریم که ما را در این لحظه‌های درخشان شریه کردید حالا، چشم انتظاریم تا از سر لطف، نوع دیگری از تجربه‌های دوران بهبودی را برای مان بفرستید.

می‌خواهیم از اتفاق‌های خنده دار دوران بهبودی تان خبردار شویم!

برای ما از ماجراهایی بنویسید که حسابی آدم را به خنده می‌اندازد، اظهار نظرها و مشارکت‌هایی که در جلسه‌ها به گوش تان خورده و باعث خنده تان شده، گاف‌های خدماتی که در این مدت به حفظ بهبودی - و شوخ طبعی - شما کم کرده. مثل همیشه می‌توانید تجربه‌هایتان را به [naway@na.org](mailto:naway@na.org) میل کنید؛ به نام NA Way به شماره 8187000700 فکس کنید یا با پست بفرستید. *The NA Way Magazine; PO Box 9999; Van Nuys, CA 91409 USA*

# به تصویر در آورید

از گروه های NA سراسر جهان دعوت می شود عکس هایی از محل برگزاری جلسات شان برای ما بفرستند. ما به ویژه از عکس هایی انتقال می کنیم که نشان دهنده شکل و شمايل جلسه، نشریات بهبودی، پوتورهای لیوان های شسته نشده، و هر چیز دیگری باشند که محل برگزاری جلسه را «زنده و باروح» نشان می دهد. متناسبانه از عکس هایی که چهره اعضا را به طور مشخص نشان می دهد نمی توانیم استفاده کنیم. لطفاً در مورد جلسه تان، اسم آن، شهر و محل برگزاری، این که چه مدتی از تشکیل آن می گذرد، و شکل برگزاری اش (سخنران، مشارکت و غیره) ما را مطلع کنید.



## معتادان سالن بولینگ

جلسه گار کرد قدم «معتادان سالن بولینگ» سه شنبه ها ساعت ۷:۳۰ بعدازظهر در کنکورد در کالیفرنیا آمریکا تشکیل می شود. ماجراي نام گذاري گروه ما به وقتی برミ گردد که مجبور شدیم کلیساپی را که از آغاز به کار گروه، یعنی از پانزده سال پیش، محل تشکیل جلسات ما بود ترک کنیم. مقامات کلیسا تصمیم گرفته بودند که جلسه های عصر برگزار نشود، و علتش هم رفتارهای ناخوشایندی بود که در جلسات دیگری در مؤسسه دیده شده بود.

ی هفته بیش تر وقت نداشتیم که جای جدیدی پیدا کنیم، بنابراین ی جلسه اداری اضطراری گذاشتیم. چند نفر دنبال جاهای جدید رفتند، و به منشی گروه رأی اعتماد دادیم تا از بین این مکان ها یکی را انتخاب و اجاره اش را تعیین کند. سه روز بعد، ی سالن بولینگ محلی موافقت کرد جایی برای جلسه به ما اجاره بدهد. صاحبان سالن خوشحال بودند که دارند بیکی از بستگان شان که در انجمان ما دیده بودند کمکی می کنند، این بود که نمی خواستند پلی بابت اجاره قبول کنند؛ ولی منشی گروه سنت هفتم را برای شان توضیح داد و مبلغ معقولی برای اجاره معین کرد.

در طول سال ها شکل جلسه ما چند بار بدون استفاده از وجود ان گروه تغییر کرد، و به تدریج نگرانی هایی در مورد رفتارهای جلوی جلسه برای ما به وجود آمد. رأی دادیم که تغییرات مختصراً در شکل جلسه ایجاد شود، از جمله اضافه کردن سخنی در مورد سنت چهارم از کتاب چگونگی عملکرد.

علاوه بر آن تصمیم گرفتیم کسی که می خواهد برای ششی گری انتخاب شود باید واژه قدم را به تمامی کار کرده باشد، و همه سخنران ها

هم تجربه کار کردن قدمی را که قرار است در موردش صحبت کنند، داشته باشند. ما هر هفته، محض تقریب ی مسابقه کتابی به ی تازه واردادها می کند. دیوار کوب NA برگزار می کنیم. معمولاً برنده مسابقه کتابی به ی نوارهای صوتی، یا کتاب های پرنده و نگار پارچه ای ما که نشان خدماتی NA هم رویش نقش بسته، سخت مایه افتخار ماست - همین طور این واقعیت که گروه خانگی ما رسانده ی پیام روشن بهبودی در NA است.

جف آر، کالیفرنیا، آمریکا



# هدف اصلی

«در انجمن معتقدان گمنام، شیوه های زیادی برای سروسامان دادن کارها وجود دارد. و درست به همان صورت که هر یا از ما صاحب شخصیتی خاص خود است، گروه شما هم هویت خود، شیوه های اجرایی خود و ابتکارهای خاص خود را در رساندن پیام NA به وجود خواهد آورد. باید هم همین طور باشد. در NA ما اتحاداً تشویق می کنیم، نه هم شکل شدن را.»  
کتابچه گروه

این ستونی است برای شما، درباره شما، و به قلم شما. از شما دعوت می کنیم تا هر مضلی را که ممکن است گروه تان یا کل NA در اجتماع شما با آن مواجه شده باشد با ما در میان بگذارید؛ همین طور در مورد راه حل قضیه، یا همان «ابتکار خاص» گروه که باعث شد باز هم به جلسات بیایید!

## آیا خدمت همچنان برای ما مفرح است؟

به حدود شصت داوطلب مشتاق رسیده که هم به درستی توجیه شده اند و هم آموزش مناسبی دیده اند. اکنون هر داوطلبی به جای درگیری با آنبوه کارها، فقط بخشی از کار اطلاع رسانی را بر عهده دارد؛ و به جای «همه کاره و هیچ کاره» های سابق، در حال حاضر اعضای ما هر یا در کار خاصی ماهر هستند. ما تازه واردہا را هم به شیوه هایی که مناسب حال شان باشد واشفته شان نکنند درگیر کار می کنیم. مثلاً، در جلسه معارفه با کارشناسان، خواندن «معتقد کیست» یا «برنامه معتقدان گمنام چیست» را بآن ها می سپاریم. ما در زمینه کار خدماتی NA در این کمیته، برای کسی استثنای قائل نمی شویم.

قصد من فقط این بود که سهمی از این امید را با خوانندگان راه NA در میان بگذارم. انجام کارهای خدماتی انجمن برای ما مفرح است! در حین کار می خندیم و از با هم بودن لذت می بریم. در این راه، راهنمای خدمات محلی در معتقدان گمنام، دوازده مفهوم خدماتی NA، و فصل هایی از کتاب های ما که در آن به سنت ها پرداخته شده مورد استفاده ماست، و از تجربه های پیش کشوت های خودمان نیز الهام می گیریم. بر اثر این همه، ما طعم لذتی را می چشیم که در خدمت کردن به انجمن نهفته است؛ انجمنی که سخت به آن عشق می ورزیم.

گمنام، نیوجرسی، آمریکا

من گرداننده فعلی یا کمیته فرعی اطلاع رسانی هستم که پاسخ گوست در برابر هیأتی که به آن ها خدمت می کنیم، یعنی کمیته خدمات ناجیه ای با شصت گروه ثابت. پیش تر، هم در سطح کمیته خدماتی ناجیه و هم کمیته منطقه، گرداننده کمیته اطلاع رسانی بودم. در اوایل خدمتم، معمولاً یا در کمیته اطلاع رسانی کوچکی خدمت کردم که متشکل از یا تا سه داوطلب بود، یا در ی «کمیته ی نفره». البته این از سر ضرورت بود و انتخاب دیگری وجود نداشت. در غیر این صورت ناچارم اقرار کنم که نقایص شخصیتی من ممکن است داوطلب های مشتاق را از خدمت دسرد کرده باشد. در اوایل بهبودی، نیروی بی مرا به سلطه جویی وادار می کردان قدر که همه زندگی ام خراب می شد.

موهای امن اکنون خاکستری تر و کم پشت تر شده، اما هیچ از اشتیاقم به خدمت گزاری در انجمن NA کاسته نشده است. حالا تجربه بیشتری در زمینه قدم ها و کار خدماتی دارم. من در زمان اعتیاد فعال (یعنی تا چهل و سه سالگی)، آدمی بودم نامید و منزوی که به هیچ کس اعتماد نداشت. حالا، پس از دوازده سال پاکی، بیش تر اهل اعتماد کردن هستم. اکنون به جای فرو رفتن در باتلاق بدینی و غرض ورزی که هیچ نتیجه ای جز به گند کشاندن وظایف خدماتی ام ندارد، از منظر دیگری به آدم ها، به کار خدماتی در NA، و کلاً به زندگی نگاه می کنم.

در کمیته اطلاع رسانی ما، مسئولیت ها و اختیارات با هم تناسب دارد. ما کارها و اختیاراتی را که برای انجام وظایف مان به ما داده شده تقسیم می کنیم، این است که کمیته ما از شش «گروه» تشکیل می شود:

- تلفن امداد
- معرفی
- مطبوعات
- روابط عمومی (شامل زیر گروه مدیریت پایگاه داده های مربوط به کارشناسان)
- امکانات رسانه ای
- مولتی مدیا (چند رسانه ای)

هر گروه مسئولی دارد که مطابق مجموعه ای از رهنمودها که ما اسمش را «استانداردهای عملیاتی» گذاشته ایم، کارها را اداره و بآن ها نظارت می کند. این استانداردهای عملیاتی چیزی است که همه اعضا کمیته بر سران توافق کرده اند.

تعداد اعضای کمیته اطلاع رسانی ثابت است و مسئولان گروه ها جزئی از این عدد ثابت هستند. در مقام گرداننده کمیته، من رایطه کاری نزدیکی با تر مسئولان گروه ها دارم و پیوشه در حال بده بستان تهویل عمل ها، و تهیه و دریافت گزارش های ماهیانه ای هستم که از جمع بندی آن ها، گزارش ماهیانه من به کمیته خدمات ناجیه استخراج می شود. به این وسیله، ما پیوشه در برابر کمیته اطلاع رسانی نه ی مصیبت نامه گرب و داغان، بلکه گزارشی پر از نکات مثبت - و مفرح - است.

فوايد اين تقسيم اختيارات و وظایف در کمیته، پیام رسانی موثرتر و کم به تحقق هدف اصلی گروه است و ما اين را تجربه کرده ايم. به جاي آن که من ی نفره داوطلبان را برای اتمام کارهایمان بسیج کنم، تر مسئولان گروه ها، با استفاده از جلسات توجیهی تعداد زیادی از داوطلبان را بسیج و توجیه می کنند تا پیام را به شکل موثرتری به معتقدان در حال عذاب برسانند. اعضای داوطلب ما از عده ای انگشت شمار،



## گفتگوهای موضوعی انجمن در ۶-۲۰۰۸

# برداشت‌نقد ها که بعد از ...

برگزاری یه دوره از کارگاه‌ها در مورد عناوین گفتگوهای موضوعی ، سبب شد مجموعه‌ای تاثیرگذار از نقطه نظرات موجود در انجمن ، حاصل شود. کلا ، در واکنش به این عناوین در سراسر دنیا، پاسخ‌های مشابهی دریافت شد. گفتگوها ، زنده و پرشور بوده اند و به نظر می‌رسد که باعث شده اند اعضا ، ایده‌ها و چشم اندازهای جدیدی را کسب کرده و به انجمن محلی خود منتقل کنند. تمامی این اثری مثبت به ما کم می‌کند تا تمرکز خود براین گفتگو‌ها را کمی عمیق تر سازیم. به عنوان یه انجمن ، ما شروع به پرکردن نقطه نظرهایی که بین نقاط قدرت و چالش‌های مان وجود دارد ، کرده ایم. ما می‌توانیم این مرحله را در دور بعدی گفتگوها ، ادامه دهیم.

همچنین ، کارگاه‌هایی که ما در اجتماعات شما ، برگزار می‌کنیم ، در حکم جلساتی آموزشی هستند ولی ضرورتی ندارد که شما برای برگزاری کارگاه‌های خودتان ، الزاماً در کارگاه‌های ما شرکت کرده باشید. ما گروه‌ها ، نواحی و مناطق را تشویق می‌کنیم که بایکدیگر همکاری کرده و کارگاه‌های گفتگو‌های موضوعی خود را در جهت ارتقاء ، آگاهی ، افزایش میزان گفتگو در انجمن وارائه نقطه نظرات خود به ما ، برگزار نمایند. ما تلاش می‌کنیم جلساتی را برپا کنیم که شما بتوانید با حداقل تدارکات و برنامه‌ریزی ، خودتان گرداندگی آن‌ها را به عهده گیرید. می‌توانید برای راه اندازی کارگاه‌ها ، شرح و تاریخچه ای از این جلسات را در: [http://www.na.org/discussion\\_boards.htm](http://www.na.org/discussion_boards.htm) ملاحظه کنید. ما امیدواریم که نقطه نظرات خود را در مورد عناوین گفتگوهای موضوعی و نیز شرح جلسات تان را برای ما ، ارسال کنید.



برای آخرین اطلاعات  
در مورد عناوین  
موضوعات گفتگو به  
آدرس

[www.na.org/  
discussion\\_boards.htm](http://www.na.org/discussion_boards.htm)

## ایجاد جلسات همیشگی قوی

در مورد این عنوان ، ما از شرکت کنندگان در کارگاه در مورد تفاوت بین جلسه ، گروه و جلسه همیشگی ، سوال کردیم. علاوه برآن ، در مورد نقاط قدرت جلسات همیشگی و چگونگی بهره مند شدن اعضا از بهبودی شخصی ، فضای بهبودی و اجتماع محلی NA نیز از شرکت کنندگان پرسیدیم. اعضا ، آشکارا معتقد بودند که ما همه ایده‌های بسیار مشخصی در مورد این که یه جلسه همیشگی چگونه باید باشد ، داریم. بسیاری از اعضا در مورد چالش‌هایی که گروه‌های آتها در تلاش به دست یابی به این ایده آل‌ها ، با آن مواجه بوده اند ، مشارکت کردند. به نظر می‌رسد که ما می‌دانیم که می‌خواهیم جلسات همیشگی مان چگونه به نظر رسیده و چه حس و حالی داشته باشد ولی همیشه نمی‌دانیم چگونه باید به آن برسیم.

بخش بعدی این مقاله ، ابتکاری است به نام "مشخصات یه جلسه همیشگی قوی " که همراه با نقطه نظرات انجمن برگرفته از کارگاه‌های فضای بهبودی و ایجاد جلسات همیشگی قوی ، است. این مشخصات در سه گروه ، طبقه بندی شده اند : ایده آل‌ها ، وظایف و نقش ها.

مراجهه کرده و در گفتگوی موضوعی تابلوی اعلانات به صورت آن لاین شرکت کنید. در این قسمت ، متابعی در اختیار شما قرار می‌گیرد که به شما کم می‌کند تا گفتگوها را گرداندگی کرده و اطلاعاتی در مورد ارسال نقطه نظرات تان نیز کسب کنید. این متابع معمولاً ، به روز می‌شوند بنابراین برای کسب اطلاعات جدید ، به طور مرتب ، آن‌ها را چ کنید.

## مشخصات جلسات همیشگی - ایده‌آل‌ها:

### اصلی که توسط گروه و اعضای آن، نمایان می‌شود

<input type="checkbox"/> اصول در عمل	<input type="checkbox"/> تداوم و تعهد
<input type="checkbox"/> ی دورنمای مثبت	<input type="checkbox"/> روح خدمت
<input type="checkbox"/> صمیمت و حس در خانه بودن	<input type="checkbox"/> فواید خدمت

ایده‌آل‌های پر گروه، اصولی هستند که گروه و اعضای آن در امور روزانه از خود نشان می‌دهند. این ایده‌آل‌ها از طریق روش‌های بیشماری، خود را نشان می‌دهند. بعضی از گروه‌ها، با روندی آرام و طبیعی به این ایده‌آل‌ها دست پیدا می‌کنند در حالی که، بعضی دیگر، به سختی تلاش می‌کنند تا به آن‌ها برسند.

**تمدید و تعهد** در مورد اعضای جلسه خانگی ای اطلاق می‌شود که به طور مرتب در جلسه شرکت کرده و گروه را حمایت می‌کنند. زمانی که اعضا هم در جلسات و هم در خدمات گروه شرکت می‌کنند، نسبت به گروه و برای گروه، پاسخگو می‌شوند. شرکت تمدید در جلسات، پیامی شفاف برای تازه وارد به همراه دارد. آن‌ها عادت می‌کنند که در ابتدای بهبودی شان، اعضا همیشگی را بارها و بارها به طور مرتب در جلسات ببینند. اگر می‌گوییم اعمال قوی تر از کلماتند، بنابراین شرکت تمدید ما در رساندن پیام، قوی تر از مشارکت ما در جلسات است.

**روح خدمت** به معنای آن است که اعضا از سر سپاسگزاری و تمایل شخصی به دیدن موفقیت گروه، خدمت کنند نه از سر وظیفه و احساس گناه. روح خدمت عاشقانه به بهترین وجه در سطح جلسه همیشگی، پخش می‌شود. کسانی که هنوز در خدمت شرکت نکرده اند با دیدن کسانی که خدمت می‌کنند و با آموختن از آنها، به بهترین شکل به خدمت جذب می‌شوند.

**فواید خدمت** به معنای رشد شخصی ای است که از خدمت به گروه، ناشی می‌شود. گروه یکی از بهترین فرصت‌ها را برای "دادن آنچه که داریم تا آن را حفظ کنیم" در اختیار ما قرار می‌دهد. گروه باعث می‌شود تا ما با تازه وارد و سایر اعضا که ممکن است به طور معمول با آن‌ها وقت نگذرانیم، در ارتباط باشیم. این حالت، ما را به اجتماع مان متصل کرده و این پیام را به تازه وارد می‌دهد که چگونه وصل شود و متصل بماند.

**اصول در عمل** شامل پاسخگویی، مسئولیت، فروتنی، صبر، تحمل، خلوص، اتحاد و ثبات قدم در بین سایر اصول می‌شود. اعضا که این اصول را تمرین می‌کنند، از نظر فردی رشد کرده و تغییر می‌کنند و در عین حال به تقویت جلسات همیشگی شان کم می‌نمایند. جلسات خانگی قوی این اصول را در جلسات بهبودی و اداری خود، نمایان می‌کنند.

**ی دورنمای مثبت** زمانی است که گروه به اعضا کم می‌کند تا نگرشی پر امید به جهان داشته باشد. ی جلسه خانگی قوی، اعضا خود را تشویق می‌کنند تا رویاهایی بزرگ داشته باشند ولی در عین حال، در واقعیت باقی می‌مانند. وقتی که گروه در جهت بهبودتلاش‌های خود در رسیدن به هدف اصلی، تمرین می‌کند، اعضا گروه شروع به دیدن پیشرفت در عمل می‌کنند. اعضا گروه می‌توانند با یکدیگر همکاری کنند تا اهداف واقع گرایانه ای را تعیین کرده و راه‌هایی را برای رسیدن به آن‌ها پیدا کنند. اعضا به مرور خواهند آموخت که چگونه همان کار را برای شخص خود انجام دهند. هدف گروه در رساندن پیام به معتقد در حال عذاب، عملی فروتنانه محسوب می‌شود ولی نتیجه یعنی پاک ماندن معتقدان، معجزه آساست. جلسات همیشگی قوی به ما می‌آموزند که به جای رویاپردازی‌های عجیب و غریب که به هیچ جا نمی‌رسند، در جهت اهداف ساده تلاش کنیم و به پیروزی‌های شفقت انگیزی دست پیدا کنیم.

**صمیمیت و حس در خانه بودن** زمانی به وجود می‌آید که اعضا با یکدیگر همکاری می‌کنند تا در نائل شدن به اهداف گروه، تلاش کرده و روش‌های بهتری را برای رساندن پیام پیدا کنند. همچنین، اعضا شروع به شناختن یکدیگر کرده و به هم کم می‌کنند تا رشد و تغییر کرده و به اهداف شخصی خود نیز برسند.

## مشخصات جلسات همیشگی - وظایف :

### جلسات همیشگی قوی چگونه عمل می کند .

- |   |  |
|---|--|
| ۶ | <input type="checkbox"/> فضای امن و مثبت |
| ۷ | <input type="checkbox"/> آموزش اصول      |
| ۸ | <input type="checkbox"/> خود اتکایی      |

- |   |  |
|---|--|
| ۱ | <input type="checkbox"/> روابط عمومی خوب |
| ۲ | <input type="checkbox"/> تشویق تنوع      |
| ۳ | <input type="checkbox"/> پرورش همه اعضای |

وظایف یا گروه عبارت است از تلاش های آگاهانه و خاص آن گروه برای تقویت فضای بهبودی و حرکت به سمت ایده آل های یا جلسه خانگی قوی .

**فضای امن و مثبت** به زنده شدن سنت سوم ما کم می کند. یا گروه باید فضایی آکنده از پذیرش و احترام را برای همه اعضای ایجاد کند. یا راه ساده برای شروع این است که از اعضای شرکت کننده در جلسه خواسته شود تا گوشی های همراه خود را خاموش کرده و از اختلال و صحبت های دو نفره پرهیز کنند. تازه وارдан احساس امنیت بیشتر می کنند وقتی که : ورود آنها را به جلسه خوش آمد می گوییم اعضا، دیگر نام آنها را یاد بگیرند و به خاطر آورند، زمانی که می دانند جلسه تحت هرشرایی، هفتنه به هفته برگزار می شود و زمانی که همان اعضا همیشگی را می بینند که به طور مرتب در جلسات حضور دارند، احساس امنیت می کنند. ممکن است گروه ها بر کسانی که در جلسات شرکت می کنند و نیز کسانی که رفتار مخرب دارند، کنترلی نداشته باشند ولی می توانند تصمیم بگیرند که چگونه واکنش نشان دهند. جلسات همیشگی قوی می توانند قدردانی خود را از اعضا می کنند. ممکن است گروه ها بر کسانی که در آن ها شرکت می کنند، نشان دهند. همچنین آن ها می توانند با قاطعیت در مقابل رفتارهای مخرب، بایستند تا اعضای احساس امنیت کنند. ما باید این اطمینان را به وجود آوریم تا اعضا اخال گر بدانند که در جلسه مورد استقبال قرار می گیرند ولی از رفتار آن ها، استقبال نمی شود.

**گروه ها می توانند اصول را به اعضا آموزش دهند.** اصول بهبودی نهفته در قدم ها ، سنت ها ، مفاهیم و کلیه نشریات ما ، موضوعاتی عالی برای گفتگوی گروهی هستند. گروه ها می توانند از طریق جلسات موضوعی یا خواندن نشریات و یا کارگاه های گروهی ، آگاهی از اصول در میان اعضا را بالا ببرند. آن ها حتی می توانند در جلسات اداری ماهانه گروه ، پیرامون یا اصل روحانی ، صحبت کنند. در سطح گروه ، روش های بیشماری برای مطالعه اصول روحانی وجود دارد. بعضی از ایده های جدید را در گروه خود آزمایش کنید و ببینید کدام یا به بهترین نحو برای شما کار می کند.

**خوداتکایی**، یکی از اصول بیشماری است که گروه ها می توانند آن را در عمل ، لمس کنند. جزوی خوداتکایی : اصل و تمرین می تواند ایده هایی را جهت گفتگو ، ارائه دهد. این باعث می شود اعضا بفهمند چگونه به عنوان یا گروه و به صورت فردی می توانند به منافع مشترک انجمن معتمدان گمنام در کل ، کم کنند.

**روابط عمومی خوب** به این مسئله می پردازد که اعمال گروه ، چگونه بر NA در کل ، اثر می گذارد. گروه می تواند بررسی کند که آیا جلسات ، الگوی جذابی از NA را ارائه می دهد یا خیر ( به ویژه در جلسات باز) یا این که آیا گروه ارتباط خوبی با کسانی که فضای جلسه را فراهم می کنند ، دارد یا خیر.

به منظور **تشویق در تنوع** ، گروه ها می توانند تلاش کنند تا از معتمدان با هر نوع سابقه ای ، استقبال کرده و به آن ها رسیدگی کنند. آن ها همچنین می توانند این اطمینان را به وجود آورند که هرگونه رفتاری را که ممکن است باعث دور کردن و فراری دادن سایر اعضا شود ، نمی پذیرند.

**پرورش همه اعضا** تنها شامل اعضا جلسه همیشگی نمی شود بلکه تمامی اعضای NA ، به ویژه تازه واردان را دربرمی گیرد. گروه ها می توانند به اعضا کم کنند تا بهبود پیدا کنند نه این که فقط پاک باشند. گروه باید اعضا را در جهت رشد و تغییر در مسیر بهبودی شان ، حمایت و تشویق کند. گروه ها و اعضا می توانند به روش های بسیاری به یکدیگر کم کنند : به موقع به جلسه آمدن و ماندن تا آخر جلسه ، کارکردن قدم ها و مشارکت کردن تجربه ، قدرت و امیدمان در جلسه و نشان دادن توجه و اهمیت به سایر اعضا ، چه تازه واردو چه عضو قدیمی. اعمال گروه و اعضا آن ، اساس شخصیت گروه را شکل می دهد که بر نقش های گروه در داخل و خارج از NA ، تاثیر خواهد گذاشت.

## مشخصات جلسات همیشگی - نقش ها :

### چگونگی ارتباط گروه با NA و جامعه

- |   |   |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> الگوی خدمت     | <input type="checkbox"/> همراه با اعضا ، تکامل می یابد  |
| <input type="checkbox"/> اتحاد و اعتبار | <input type="checkbox"/> ی شبکه ارتباطی به وجود می آورد |
| <input type="checkbox"/> پیام مثبت      | <input type="checkbox"/> دروازه خدمت                    |

نقش پر گروه ، روش های ارتباط آن گروه با داخل و خارج از NA است که شامل نقشی است که گروه در زندگی اعضا ، در اجتماع خدماتی NA و در اجتماعی بزرگ تر ، ایفا می کند.

ی جلسه همیشگی قوی همراه با اعضای خود ، تکامل می یابد. شخصیت گروه ، پایه پای اعضای آن ، رشدکرده و تغییر می کند. اعضای ثابت و قابل اعتماد ، به گروه شخصیت می دهند و تازه واردان نیز به شادابی و پویایی گروه ، کم می کنند.

ی شبکه ارتباطی به وجود می آورد به این معناست که پر گروه چگونه تازه واردان را به اعضایی که قادرند در زمینه بهبودی و خدمت ، راهنمایی هایی را ارائه کنند ، وصل می کند. اعضای جدیدتر ، اعضای قدیمی تر را برای تجربه و حمایت شان در بهبودی شخصی و نیز برای درک شان از خدمت ، الگو قرار می دهند. همچنین اعضای قدیمی تر ، نشان دهنده این حقیقت اند که بهبودی و خدمت ، فرآیندهایی مداوم هستند و تنها زمانی متوقف می شوند که ما متوقف شویم.

**الگوی خدمت** به این معناست که گروه به اعضای تازه وارد کم می کند تا آن ها بفهمند که نظام خدماتی ما چگونه عمل می کند ، چگونه باید خدمت کرد و پست های خدماتی مختلف به چه معناست. گروه باید اعضای جدیدتر را برای یادگیری این موارد از طریق کارکردن با یکدیگر ، تشویق کند.

همچنین گروه باید **دروازه خدمت** ایجاد کند. اصول پیشرفت و تداوم ، اعضا را با خدمت به گروه و سایر سطوح ساختار خدماتی مرتبط نگه می دارد. جلسات همیشگی قوی با تشویق اعضا به حضور در جلسات اداری و پی گیری آنچه که در سطح ناحیه / منطقه / جهان می گذرد ، آن ها را به ساختار خدماتی معرفی می کنند.

**اتحاد و اعتبار** به معنای اتحادی است که گروه ها در ساختار خدماتی ایجاد کرده و نیز اعتباری که در جامعه ، به وجود می آورند. گروه هایی که فعالانه ، وقت و منابع خود را در اختیار کمیته خدماتی ناحیه ، قرار می دهند ، به ایجاد و حفظ اتحاد در اجتماع محلی NA ، کم می کنند. همزمان با این که تلاش های خدماتی ، موثرتر شده و بیشتر به نیازهای محلی ، پاسخگو می شوند ، اتحادی که باید از سطح گروه ها ، آغاز شود ، سبب افزایش اعتبار NA می شود.

**پیام مثبتی** که ما به جامعه می دهیم این است که اعضای NA ، نه تنها از اعتیاد فعال رهایی یافته و روش های جدیدی برای زندگی کردن پیدا می کنند ، بلکه می آموزند که مسئولیت ها و نقش های سازنده ای را در اجتماع به عهده بگیرند. این پیام ، اعتبار NA را افزایش داده و به ما کم می کند تا به تعداد بیشتری از معتادان دسترسی پیدا کنیم.

گروه ها می توانند از برگه دستور کار گروه جدید ( به صفحه بعد مراجعه کنید ) استفاده کنند تا متوجه شوند که چه مسائلی را باید مد نظر قرار داده و تقویت کنند. فرای سطح گروه ، گفتگو در مورد برگه دستور کار در ساختارهای خدماتی تان ، می تواند ایده هایی را درباره مسائل مربوط به انجمن محلی تان به شما ارائه دهد.

برگه دستور کار  
ایجاد جلسات  
همیشگی قوی



## برگه

# دستور کار ایجاد جلسات همیشگی قوی

هدف از برگه دس تور کار ، کم به اعضای NA در تقویت جلسات همیشگی شان ، است. از آن در جلسات اداری گروه تان ، استفاده کنید تا روش هایی را برای رشد و پیشرفت ، بیابید. ایده جلسات اداری طولانی مدت تر ، همیشه جالب نیست. در صورت لزوم ، گروه می تواند جلسه اداری اضطراری ای را برگامه ریزی کرده یا در روز دیگری ، یا گردد. همایی ترتیب دهد. در روحی از بخشش ، صرف کمی وقت اضافی ، تاثیر زیادی در تقویت گروه داشته و در نتیجه ، باعث رساندن بهتر پیام می شود. برای این که این فرآیند ، سریع و روان صورت پذیرد ، کپی هایی از این برگه را از پیش ، به تعداد اعضای گروه ، تهیه کنید. برگه دستور کار شامل فهرستی از مشخصات جلسه همیشگی در سه دسته مندرج می باشد.

**۱ به منظور تقویت گروه ، حوزه هایی را مشخص کنید :** برای هر دسته ، اعضا می توانند قبل یا حین جلسه اداری ، یا دو مورد را که گروه توانایی تقویت آن ها را دارد ، انتخاب کنند. فهرست ها را با یکدیگر مقایسه کرده یا رای گیری کنند. هربار به یه موضوع اصلی پردازید.

**۲ مشکلات را مشخص کنید :** گروه باید به طور خاصه در مورد آنچه که نیاز به تغییر و بهبود دارد و هربار در مورد یه موضوع ، گفتگو کند . به خاطر داشته باشید که آسان بگیرید! خیلی در مشکلات ، غرق نشود ، به راه حل ها پردازید.

**۳ به طور گروهی در مورد راه حل ها ، گفتگو کنید :** به صورت گروهی ، در مورد ایده هایی که به راه حل ها منجر می شوند ، گفتگو کنید. به خاطر داشته باشید که هیچ ایده بدی وجود ندارد و نیازی به بحث کردن نیست. ممکن است ایده ای که کار نمی کند ، ما را به ایده ای برساند که برای مان کار می کند. به منظور پیشرفت ، بر روش ها ، مرکز شوید و نگران کامل بودن نباشید. پیشرفت های کوچ بهتر از هیچ پیشرفتی هستند.

**۴ راه حل انتخاب کنید :** ایده هایی را انتخاب کنید که اکثریت اعضا در مورد آن ، توافق دارند. در صورت لزوم ، از طریق یه رای گیری ساده می توانید این کار را انجام دهید.

**۵ تصمیم گیری کنید :** با استفاده از گفتگوی گروهی ، اقدامات عملی و ساده ای را که گروه می تواند در راستای رسیدن به راه حل ها ، انجام دهد ، پیدا کنید. در مورد این که چه کسی باید این اقدامات را انجام داده و چگونگی آن ، دقیق و روشن باشید.

## مثال

حوزه ای که باید تقویت شود : وظایف - روابط عمومی

مشکل : مسئولین مکان جلسه از سرو صدا و به هم ریختگی بعد از جلسه ، شکایت دارند و نمی دانند که در مورد این مشکل باید با چه کسی صحبت کنند.

**گفتگوی گروهی / انتخاب راه حل ها (رای گیری) :**

- شخصی را برای تمیز کردن پس از جلسه ، مشخص کنید. (۵)
- اعضا را در مورد سر و صدا مطلع کنید (۲)
- آن را در زمان جلسه اعلام کنید . (۵)
- به مسئولین مکان جلسه ، شماره تلفن بدهید. (۴)
- شخصی را برای ملاقات ماهانه مسئولین انتخاب کنید. (۵)
- همچنین سطل آشغال ها / زیرسیگاری ها را یادآوری کنید. (۳)

**تصمیمات:**

- تصمیم نهایی در مورد کنترل سرو صدا و به هم ریختگی را در جلسه ، اعلام کنید.
- منشی گروه ، شماره تماس ما را به مسئولین جلسه داده و به طور ماهانه با آن ها ملاقات خواهد کرد.
- به طور ماهانه ، شخصی ، مسئول نظافت مکان جلسه خواهد بود تا از به هم ریختگی ، جلوگیری شود.

## اصولی که توسط گروه و اعضای آن، به نمایش گذاشته می‌شوند.

- تداوم و تعهد : اعضا روی جلسات و خدمتگزاران مورد اعتماد ما، حساب می‌کنند.
- روح خدمت : اعضا، مشتاقانه و با حس قدرشناسی نسبت به NA، خدمت می‌کنند.
- فواید خدمت : خدمتگزاران مورد اعتماد، رشدی را که ناشی از خدمت است، از خود نشان می‌دهند.
- اصول در عمل : اعضا با اصول NA زندگی کرده و در مورد آن‌ها در جلسات، مشارکت می‌کنند.
- دورنمای مثبت : گروه و اعضا، رویاهایی بزرگ داشته و در مورد موقیت‌های شان، مشارکت می‌کنند.
- صمیمیت و حسن درخانه بودن : ما به اعضا کم می‌کنیم تا احساس کنند بخشی از یا انجمن هستند.
- سایر

## جلسات همیشگی قوی چگونه عمل می‌کنند؟

- فضای امن و مثبت : قالب جلسات ما به گونه‌ای است که ما را بر بهبودی مرکز نگه می‌دارد.
- آموزش اصول : گروه در مورد قدم‌ها، سنت‌ها و نشریات، صحبت می‌کند.
- خود اتکایی : اعضا به طور رایگان زمان و منابع خود را در جهت حمایت از پیام بهبودی، وقف می‌کنند.
- روابط عمومی خوب : گروه ما، کاملاً بر NA در کل، اثر می‌گذارد.
- تشویق تنواع : جلسه به تمامی تازه واردان رسیدگی کرده و از آن‌ها استقبال می‌کند.
- رسیدگی به همه اعضا : اعضا گروه، از یکدیگر حمایت کرده و به یکدیگر در راست تای رشد کردن، کم می‌کنند.
- سایر

## چگونگی ارتباط متقابل یا گروه با NA و جامعه

- با اعضا تکامل می‌یابد : رشد شخصی اعضا، گروه را تقویت می‌کند.
- ی شبکه ارتباطی ایجاد می‌کند : گروه ما، تازه واردان را با اعضا با تجربه، مرتبط می‌کند.
- دروازه خدمت : اعضا، تازه وارد را با خدمت به گروه و سپس خدمات فرای آن، آشنا می‌کنند.
- الگوی خدمت : گروه ما، خدمتگزاران مورد اعتماد را جهت این که در سایر سطوح نیز به خوبی خدمت کنند، آماده می‌کند.
- اتحاد و اعتبار : ما در فضای همکاری، با سایر گروه‌ها و کمیته‌های خدماتی ناجیه، کار می‌کنیم.
- پیام مثبت : اعضا گروه، نمونه این هستند که چگونه NA باعث زندگی ای بهتر می‌شود.
- سایر

### پادداشت‌های گروه (در صورت نیاز، از کاغذ دیگری استفاده کنید)

حوزه‌ای که باید تقویت شود :

\_\_\_\_\_

مشکل :

\_\_\_\_\_

گفتگوی گروهی :

\_\_\_\_\_

انتخاب راه حل‌ها

\_\_\_\_\_

تصمیمات

\_\_\_\_\_

# ایجاد جلسات همیشگی قوی

این دور از گفتگو ، جهت تمرکز ما را تغییر خواهد داد. ما وقت کمتری را روی تعیین راه حل ها گذاشته و وقت بیشتری را روی این که چگونه براساس آن راه حل ها ، عمل کنیم ، می گذاریم. نقطه نظراتی که شما ارائه می دهید ، منابعی را ایجاد می کند که از طریق آن ها می توانیم بیشتر به گروه ها ، کم کنیم.تا کنون ، ما نقطه نظراتی را دریافت کرده ایم که در مورد نیاز به ابزار یا جزوایت بوده اند که آگاهی گروه را از بعضی از مسائل مثل اهمیت داشتن ی جلسه همیشگی و فواید خدمت بالامی برند.بعضی از اعضا، عنوان کرده اند که ابزار گروه به معنای واقعی که کننده است مثلًا اطلاعات چاپ شده برای خدمتگزاران مورد اعتماد ( وظایف منشی ، رهبر ، گرداننده و غیره). ما امیدواریم که در ماه های آینده، ایده بهتری را در مورد این که چه مواردی از گفتگوها باید در این فهرست بگنجند ، دریافت کنیم.

به عنوان شروع ، ما از نقطه نظر ذکر شده ، اسد تفاده کرده ایم تا ابزاری اساسی برای کم به گروه ها در مشخص کردن روش های رشد و تغییرشان ، تهییه کنیم. این ابزار ، قابل استفاده در جلسات اداری است تا به گروه ها ، کم کند که به روش هایی عملی برای قوی تر شدن ، بیندیشند. به صورت فردی : ما از تراز گرفتن شخصی ، بهره می بریم . گروه ها نیز ، می توانند تراز گروه شان را بگیرند. ما امیدواریم که گفتگو پیرامون این موضوع به گروه ها ، کم کند تا روش های جدیدی را برای برطرف کردن مشکلات شان بیابند. همچنین امیدواریم که شما ، تجربیاتتان را با ما در میان بگذارید.

جایی که از  
اینجا  
به آن  
می رسیم

## گروه ...



به مشارکت می گذارد ...



قدرت و شهامت

دوستی

صلح و آرامش

عشق

خداوند



## چه کسانی در جلسات ما حضور ندارند و چرا؟

معتادان گمنام به عنوان یا انجمن، دائمًا در حال رشد و تغییر است. مهمترین هدف ما تقویت تلاش هایی است که باعث دسترسی به معتاد در حال عذاب می شود. ما راه بسیار طولانی ای را برای رسیدن به این هدف طی کرده ایم ولی هنوز جای پیشرفت داریم.

نقشه نظرات انجمن، همواره به این نکته اشاره داشته است که ما به تمامی معتادان اجتماعی دسترسی نداریم. جلساتی پیرامون موضوع چه کسی به جلسات ما نمی آید و چرا؟ که در کنفرانس خدمات جهانی ۲۰۰۶ برگزار شد، این موضوع را به اجتماعات محلی NA منتقل کرد که اجتماعات NA ما، وقفه جمعیتی دارند. یکی از موارد بیانیه اهداف و رویاهای ما، هرچقدر هم که بلندپروازانه به نظر برسد، آرمانی را بیان می کند که ما برای آن تلاش می کنیم، این که "هر معتادی در جهان، فرصت تجربه پیام ما را در فرهنگ و زبان خود، داشته باشد". این بدین معناست که ما تلاش کنیم این امکان را برای آن ها به وجود بیاوریم تا ما را پیدا کنند و وقتی که به ما ملحق می شوند، تلاش کنیم آنچه را که داریم به گونه ای که بتوانند آن را درک کنند، در اختیارشان قرار دهیم. ما در این زمینه، پیشرفت داشته ایم ولی کماکان در بسیاری از مناطق، در دسترسی به زبان ها و فرهنگ هایی که در اقلیت هستند، مشکل داریم. به طور مثال، امروزه، هزاران جلسه اسپانیایی زبان در دنیا برگزار می شود ولی هنوز در اجتماعاتی که زبان اسپانیایی، زبان اصلی آن ها نیست، مشکل وجود دارد.

ما تمایل داریم قدرت آن هم دلی اولیه را دست کم بگیریم. به نظر می آید همه ما به دنبال کسانی می گردیم که شبیه خودمان باشند، به همان شکل که ما مصرف می کردیم، مصرف کرده باشند یا تجربیات مشابهی با ما داشته باشند. ما این کار را به ویژه وقتی که تازه وارد هستیم، انجام می دهیم. بسیاری از ما بیان می کنیم آنچه را که در اولین جلسه مان، شنیده ایم، دقیقاً به خاطر نمی آوریم ولی چگونگی احساس مان در آن جلسه را به یادداشیم. پیام ما، امید است، احساسی که وقتی فکر می کنیم NA، چیزی برای ما دارد، به ما دست می دهد. برای رسیدن به آن امید، باید ناباوری مان را برای لحظه ای رها کرده و این فکر را پیذیریم که شاید، فقط شاید، ما هم بتوانیم مصرف مان را قطع کرده و راهی جدید برای زندگی بیابیم. یا تازه وارد در جلسه ای پراز آدم هایی که به یکدیگر شباهت دارند ولی به او شباهتی ندارند، احتمالاً مملو از احساس بیگانگی خواهد شد. ما می گوییم که "تنوع ما، نقطه قدرت ماست". ولی اغلب از صحبت کردن در مورد گوتاگونی، وحشت داریم. ما روی شباهت های مان تمرکز می کنیم تا زمینه های مشترکی را با سایر اعضای پیدا کنیم ولی این به معنای آن نیست که تفاوت های ما، ناپدید خواهد شد. باید مواظف باشیم که آنقدر در شباهت ها غرق نشویم که حاضر نشویم تفاوت های مان را پیذیریم. اگر چنین کاری کنیم، احتمالاً تازه وارد را از ارتباط برقرار کردن، محروم می کنیم. ما می دانیم که حداقل دو مورد مشترک را با تمامی اعضا NA تقسیم می کنیم: اعتیاد و بهبودی. ممکن است تازه واردان، پیذیرند که معتادند ولی ما تنها زمانی می توانیم پیام امیدمان را در اختیارشان قرار دهیم که آن ها احساس کنند در انجمن، جایگاهی دارند.

نقشه نظرات انجمن، همچنین، ابعاد مهمی از موضوع را آشکار کرد. سهم جمعیت تازه واردانی که دیگر به جلسات باز نمی گردد، در اجتماعات مختلف NA، متفاوت است. به منظور اقدامات محلی، هر اجتماع NA، باید داخل و خارج از NA را بررسی کرده و بفهمد که چه کسی، پیام ما را نمی شنود. بعد از این که مشخص می کنیم چه کسانی به جلسات نمی آیند، می توانیم از خودمان، سوالات دیگر پرسیم. مهم تر از همه این که آیا اصلاً این افراد از ابتداء، NA را پیدا کرده بودند؟ اگر بله، پس چرا دیگر به جلسه بازنگشتند؟

### سوالات مربوطه برای بدن های خدماتی

در صورتی که بخش هایی از جمعیت محلی وجود دارند که هرگز با NA آشنا نشده اند، بنا براین ما باید در تلاش های خدمات محلی مان، به دنبال راه حل ها باشیم.

- چه خلاء ارتباطی و تصور نادرستی در مورد NA در جامعه وجود دارد که ساختارهای خدماتی ما می توانند به منظور حل آن ها، تلاش کنند؟
- چه کار میتوانیم انجام دهیم تا در مورد NA به اعضا بالقوه اطلاع رسانی کنیم؟

### سوالات مربوطه برای گروه ها و اعضا

اگر افرادی وجود دارند که NA را پیدا کرده ولی به جلسات باز نمی گردند، ما می توانیم بررسی کنیم که به عنوان گروه و به صورت فردی، چه کار می کنیم تا همه احساس کنند مورد استقبال قرار گرفته اند. برناهه ما، چیزی برای ارائه کردن به همه دارد و این مسئولیت ماست که مطمئن شویم انجمن مان هم به اندازه خود برنامه بهبودی NA، جذاب و قابل دسترس است. ما باید اطمینان پیدا کنیم که در اجتماع NA مان برای "تمامی ویژگی های فرد در حال بهبودی"، جایی وجود دارد.

۳. به عنوان ی عضو ، چه تلاش های شخصی ای می توانم انجام دهم ( و سایر اعضا را هم در جهت این تلاش ها ، تشویق کنم) تابه انواع مختلف افراد ، کم کنم؟
۴. چه تغییراتی در سطح گروه ایجاد کنیم تا مطمئن شویم که اعضا را فراری نمی دهیم و بر عکس از همه استقبال می کنیم؟

## چه کسی دیگر به جلسات ما نمی آید و چرا؟

واضح است که میزان راحتی کلیه جلسات NA برای تمامی اعضا یکسان نیست. نکته مهم این است که بدانیم همه معتقدان اجتماع مان ، جلساتی دارند که می توانند در آن احساس راحتی کنند. در حالی که اعضا سعی می کنند پیام را برسانند ، مسئولیت ما این است که مشکلات بهبودی در اجتماع مان را مشخص کرده و برآن ها فائق شویم. این کار ، بخشی از دادن آنچه که به طور رایگان در اختیار ما گذاشته شده است ، می باشد. پاسخ به این سوال که "چه کسی به جلسات نمی آید؟" از اجتماعی به اجتماع دیگر ، متفاوت است ، بنابراین هر اجتماع باید پاسخ ها و راه حل های خود را پیدا کند. جلسات پیرامون نیازهای مشترک و نشريات موضوعی ، نقش موثری در راه حل دارند ولی به نظر می رسد ما می توانیم کارهای بیشتری انجام دهیم. در بعضی موارد ، ممکن است هیچ راه حلی به فکر ما نرسد جز این که هشیارانه ، صبر کنیم و زمانی که فرصتی برای کم و دسترسی پیدا می کنیم ، آنگاه از آن استفاده کنیم. اگر روش هایی وجود داشته باشد که نظام خدماتی ما به وسیله آن ، این اعضا را به جلسات مان جذب کرده و ما به عنوان گروه ، آن ها را در اینجا نگه داریم ، بنابراین ما مسئول هستیم هر کاری که می توانیم ، انجام دهیم. این به قدم دوازدهم ، سنت پنجم ، مفهوم اول و اهداف و رویاهای خدمات جهانی NA ، بر می گردد. هدف ، رساندن پیام است.

جایی که از  
اینجا  
به آن  
می رسیم

## ساختار خدماتی ما

ما همچنین ، انرژی بسیار زیاد و نقطه نظرات ارزشمندی را درباره این موضوع ، دریافت کردیم. اعضا ، مشتقانه ، ایده های مختلفی را درمورد خدمات NA ، بیان کردند. ایده ها و نکته های اصلی ، عموماً ثابت و یکسان بودند. اول از همه ، ما باید فضای بهبودی را از جلسات مان به ساختار خدماتی مان بیاوریم. دوم این که ، ما به روش های موثر و مطمئنی برای پرورش رهبران در خدمات NA ، نیاز داریم. سوم ، ما باید برنامه ریزی و خود اتکایی خود را تقویت کنیم.

انجمن اعتقاددارد که نظام خدماتی فعلی ما ، بسیار خش و جدی است. کمیته ها ، خط مشی ها و کتابچه های راهنمای کنونی ما ، همیشه در تلاش های مان برای اس- تقیال و پذیرفتن ی تازه وارد یا پاسخگویی بهتر به نیازهای جامعه ، کم کننده نیستند. چالشی که همه ما با آن روبرو هستیم ، یافتن شیوه های جدید برای تحقیق بخشیدن تلاش های خدماتی مان است. بسیاری از سطوح خدماتی ، همین حالا هم این کار را انجام می دهند. خدمات جهانی NA ، به جمع آوری نظرات شما و گفتگوهای موضوعی انجمن ، ادامه خواهد داد. رشد خدماتی ما ، ی فرآیند تدریجی خواهد بود. ما می توانیم کار را با آنچه پیش روی ماست ، آغاز کنیم.

ی دیدگاه مشترک درمورد آنچه که برای ما بیشترین اهمیت را در سطوح مختلف خدماتی دارد ، باعث می شود که ما به طور موققیت آمیزی با یکدیگر کار کنیم. یکی از اولین اقداماتی که می توانیم انجام دهیم ، وارد کردن شکل از برنامه ریزی در فعالیت های خدماتی مان در سطوح مختلف است. برای حوزه هایی که امیدواریم در آن ها رشد کنیم ، جذاب تر کردن جلسات اداری ، رهبری ، تعلیم و متابع و ابزار برنامه ریزی ، می توانند بسیار موثر باشند. بعضی از بدن های خدماتی ، ابزارهای محلی ای را ارائه داده اند که ما آن ها را در بخشی از وب سایت مان ، در دسترس قرار داده ایم :

[http://www.na.org/local\\_resource\\_area.htm](http://www.na.org/local_resource_area.htm)

ما از سایر اعضا و بدن های خدماتی ، دعوت می کنیم که متابع خود را با ما درمیان بگذارند. این متابع را به پست الکترونیکی زیر ، ایمیل کنید : [fsmail@na.org](mailto:fsmail@na.org)

همچنین ، هر ایده ای در مورد ابزاری که خدمات جهانی می تواند به منظور کم به تلاش های خدماتی شما ، توهیه کند ، با ما مشارکت کنید.

## فضای بهبودی در خدمت

اعضا ، مکررا به ارزش بهبودی شخصی به ویژه به ی درگ موثر از نشريات ، قدم ها ، سنت ها و مفاهیم مان در خدمات NA ، اشاره کرده اند . بعضی از اعضا اظهار کرده اند که برای خدمتگزاران مورد اعتماد ، مفید خواهد بود اگر بیانیه اهداف و رویاهای خدماتی جهانی را که به دفعات در سطوح محلی درباره آن مثبت می شود ، مرور کنند. به نظر می رسد که خدمتگزاران در همه جا ، اعتقاد راسخ دارند که خدمت در NA ، به طور حیاتی ، امتداد بهبودی شخصی ت است اعضاست.

به دلیل این که جلسات اداری ، فاقد فضای بهبودی است بسیاری از اعضا ، حاضر نیستند خارج از سطح گروه ، خدمت کنند. اگر آنچه را که درباره جلسات همیشگی قوی می دانیم در جلسات اداری مان ، به کار گیریم ، می توانیم اعضا بیشتر را به خدمت ، جذب کنیم. اگر بتوانیم همان احساس خوشایندی را که تازه وارد نسبت به NA دارد ، نسبت به خدمت نیز در او ایجاد کنیم ، برای شروع ، کار بزرگی انجام داده ایم. بعضی از بدن های خدماتی ، تلاش های ویژه ای انجام می دهند تا بهبودی را به جلسات اداری شان ، منتقل کنند. به طور مثال ، بعضی از آن ها ، در جلسات اداری خود ، سالروز های تولد بهبودی را اعلام می کنند. بعضی دیگر ، جلسه اداری شان را با ی جلسه بهبودی ، شروع می کنند. با این همه ، عده ای نیز از پیشنهاد و بحث و جدل فاصله گرفته و به سمت تصمیم گیری های گروهی مبتنی بر گفتگوی آزاد رفته اند. بعضی از این تغییرات ، موفق تر از بقیه بوده اند. ما به عنوان هیئت جهانی شما ، با هم کار می کنیم تا فهرستی از ارزش های مشترک و اصول پایه ای را که همه در مورد آن توافق داریم ، تهیه کنیم. ما از آن ها برای هدایت کاری که باهم انجام می دهیم ، استفاده می کنیم. ممکن است بدن های خدماتی ، آن را به عنوان روشی برای ارتباط برقرار کردن با یکدیگر ، در نظر بگیرند. همچنین اعضا ، ی جزو اطلاعاتی یا سایر ابزار پایه را برای منتقل کردن بهبودی به خدمت ، پیشنهاد کردند.

## سوالات مر بوط به فضای بهبودی در خدمت

ما مایلیم در مورد این که ساختارهای خدماتی برای ایجاد فضای بهبودی ، چه کار کرده یا چه کار می توانند بکنند، بیشتر بشنویم. با ایده های تان ، خلاقانه تر برخورد کنید. نه تنها در مورد فضای حاکم کنونی تان ، بلکه در مورد امکان فضاهای دیگر نیز صحبت کنید .

۱. به صورت فردی ، چه اقداماتی انجام داده یا می توانید انجام دهید تا بهبودی شخصی را به فعالیت های خدماتی تان ، منتقل کنید؟
۲. کمیته ها و ساختارهای خدماتی شما ، چه اقداماتی انجام داده یا می توانند انجام دهند تا فضای بهبودی را بهتر سازند؟

### ایثار

پکارچگی  
پاسخگویی  
عمق روحانی  
صداقت  
تمایل  
فروتنی  
ایمان  
روشن بیان

### رهبری

موضوع ایجاد رهبری به طور مستقیم به فضای بهبودی در جلسات اداری مان ، مرتبط است. نحوه تعلیم رهبری ما ، کاملاً بستگی به آن دارد که بدن های خدماتی برای تشویق اعضا به خدمت ، چه کارهایی انجام می دهند. بعضی از اجتماعات NA ، میزبان کارگاه های خدماتی و روزهای آموزشی می شوند. بعضی دیگر به طور متناوب ، انتخابات برگزار کرده و یا به منظور تداوم فرمت های آموزشی بیشتر ، دوره های خدمات را با یکدیگر ادغام نمی کنند. این روش ها از نظر تاثیرگذاری ، با یکدیگر متفاوتند و اعضا ، بیشترین میزان موفقیت را زمانی تجربه می کنند که این روش ها را با یکدیگر ترکیب کرده و به طور جدی ، آن ها را به کار می گیرند. در این تلاش صبر ، عاملی حیاتی است. همانطور که ما در سی یا شصت روز ، بهبود پیدا نمی کنیم ، ممکن است تلاش های ما در تعلیم رهبری نیز شامل مرور زمان شود. ما مشتقیم بدانیم که شما در اجتماع محلی تان ، چه کاری برای تشویق اعضا به خدمت در جهت کم به رشد رهبران می کنید.

## سوالات مربوط به رهبری

۳. چگونه می توانیم درک اعضا را از نقش ها و مسئولیت های هر پست خدماتی ، افزایش دهیم؟
۴. چگونه می توانیم بهتر خدمتگزاران مورد اعتماد یا خدمتگزاران بالقوه را تحت تعلیم و مشاوره قرار داده و از آنان حمایت کنیم؟

## برنامه ریزی و حمایت

یکی از رایج ترین چالش ها برای بدن های خدماتی در سراسر دنیا ، کمبود منابع مناسب است. این مشکل همواره ، نتیجه مستقیم عدم حمایت اعضا بوده است. بدن های خدماتی به منظور انجام وظایف شان ، نیاز به بودجه دارند ولی در عین حال به وقت و انرژی اعضا قوی نیز ، نیازدارند. همه ما می دانیم که با دادن آنچه که داریم ، می توانیم آن را حفظ کنیم. ما باید این آگاهی را بالا ببریم که خوداتکایی ، تنها به معنای مراقبت از خودمان نیست. ما ، خود اتکایی را با بخشیدن وقت ، انرژی و منابع مان به انجمن تمرین می کنیم تا روش زندگی مان را در عمل تجربه کنیم. اعضا ، می توانند از طریق روش های دیگری به غیر از پول ، کم کنند. آن ها می توانند با صرف وقت و انرژی شان در خدمت به NA ، موثر باشند.

بعضی اوقات ، منابع ما در یا چند سطح خدماتی ، درگیر می شوند. ممکن است اعضا تمايل داشته باشند وقت و انرژی شان را صرف گروه ها و بدن های خدماتی ای نمایند که مستقیماً به آن ها خدمت می کنند ولی مایل نباشند که به اجتماعات NA

همسایه یا سایر سطوح خدماتی ، کم کنند. روح اتحاد در سنت اول مان به ما یادآوری می کند که حمایت از NA در هرجا ، به معنای خوداتکایی است. به عنوان معتقد ، ممکن است تسلیم این ترس شویم که پول ، وقت و آدمها ی کافی نداریم و باید منابع مان را حفظ کنیم. با این حال ، بهبودی به ما می آموزد که با بخشیدن است که می توانیم چیزی را حفظ کنیم. اصول بخشش و خدمت ، راه حل هایی روحانی برای ترس خودمحورانه ما که اصل بیماری ما را تشکیل می دهد ، هستند. امکان رشد شخصی ما در بهبودی با قوی شدن NA ، توسعه پیدا می کند.

علاوه برکمبود منابع ، ساختارهای خدماتی ما نیز به طور مداوم و به نحو احسن از منابع استفاده نمی کنند. برنامه ریزی می تواند به ما کم کند تا به گونه ای بهتر منابع مان را مدیریت کنیم. خدمتگزاران مورد اعتماد ، ابزار برنامه ریزی ناحیه را با شور و شوق فراوان دریافت کرده اند. این ابزار به اعضا کم می کند تا موضوعات را مشخص و الیت بندی کرده و برنامه های عملی و واقع گرایانه ای را به منظور رسیدن به اهداف مشترک ، طراحی کنند. با این روش ، تعداد بیشتری از اعضا ، نقش های فعالی را در هر مرحله از این فرآیند به عهده می گیرند. اعضا ، می توانند احساس کنند که بخشی از راه حل بوده و به این ترتیب ، به افزایش آگاهی از فعالیت های خدمات محلی ، کم می کنند. مناطق و نواحی ، موقفيت های اولیه چشمگیری را در این فرآیند گزارش کرده اند. ما از شما دعوت می کنیم تا از این ابزار در کارگاه های گفتگوهای موضوعی خود ، استفاده کرده و نظر تان را درباره ابزار برنامه ریزی ناحیه نیز به همراه نقطه نظرات کارگاه گفتگوی موضوعی تان ، برای ما ارسال کنید. اگر بتوانیم این اولین قدم را در جهت برنامه ریزی بهتر برداریم ، می توانیم به همکاری با یکدیگر ادامه دهیم تا روش های دیگری را برای بهبود فعالیت های خدماتی مان ، تعیین کنیم ، خدمت را مفرغ تر و سازنده تر سازیم و به شکل بهتری ، پیام را منتقل کنیم. ما از نقطه نظرات شما درمورد این ابزار و فرآیند برنامه ریزی ، استقبال می کنیم.

## سوالات مربوط به برنامه ریزی و خود اتکایی

قبل از هرچیز ، توصیه می کنیم که از ابزار برنامه ریزی استفاده کنید. به ما بگویید که چه چیز در مورد این ابزار یا سایر اشکال برنامه ریزی تان ، کار می کند و چه چیز کار نمی کند.

- چگونه از برنامه ریزی در فعالیت های خدماتی تان ، استفاده کرده اید؟
- کدام فعالیت های خدماتی باعث شده یا می توانند باعث شوند که شما به مسئله کمبود منابع مالی یا انسانی بپردازید تا بتوانید کاملاً خوداتکا شوید؟

## ساختار خدماتی ما :

انجمن ما ، راه طولانی ای را از زمانی که ما برای اولین بار این ساختار را به وجود آوردیم ، طی کرده است. نیازهای اعضا ، اجتماعات و همچنین منابع ما ، به شدت تغییر کرده است. ما تمام سعی خود را می کنیم تا ادامه دهیم. حوزه هایی که در این بخش مطرح شدند شامل : فضای بهبودی در خدمت ، رهبری ، برنامه ریزی و خود اتکایی ، مواردی هستند که ما می توانیم سریعاً شروع به تغییر آن ها ، نماییم. بسیاری از ما زمانی را به یاد می آوریم که جلسات کمیته های خدماتی ، تبدیل به مسابقه فریادزنی شده بودند. ما معمولاً بعد از این جلسات ، قادر بودیم یکدیگر را در آغوش گرفته و برای صرف قهوه یا شام ، باهم بیرون برویم. درست مانند کارکرد قدم دهن ، ما یاد می گیریم که اگر به طور مصالحه آمیز به یکدیگر خدمت کنیم ، دیگر مجبور نخواهیم بود که بعدها ، جبران خسارت کنیم. ی رهبری قوی می تواند هم دلیل و هم نتیجه تغییر نگرش ما نسبت به خدمت باشد. نقش رهبران ما ، پرورش سایر رهبران است که باعث می شود پیام ما ، عملی شود. رهبران ما از سایر اعضا دعوت می کنند تا به پا خواسته و تبدیل به بخشی از انجمن NA و ساختار خدماتی آن شوند. ما یکدیگر را تشویق به در اختیار گذاشتند وقت و منابع مان می کنیم. سپاسگزاری ما وقتی خود را نشان می دهد که ما آنچه را که داریم ، به رایگان می بخشیم و در عین حال ، زمانی خود را بهتر نشان می دهد که آنچه را که به ما داده شده است ، هدر ندهیم. برنامه ریزی دقیق خدمات مان ، باعث می شود که مستولانه از منابع مان ، استفاده کنیم.

با دیگر از شما دعوت می کنیم تا ابزار برنامه ریزی ناحیه و برگه تمرین را به کارگیرید. نقطه نظرات تان را برای ما ارسال کنید. به ما بگویید برای انتقال بهبودی به جلسات اداری تان ، چه اقداماتی انجام می دهید و چگونه رهبری را در اجتماع خدماتی تان ، تقویت می کنید. وقتی ما را در جریان آنچه که کار می کند قرار دهید ، می توانیم به شما کم کنیم آن را گسترش دهید تا ساختار خدماتی ما به رشد طبیعی خود ، ادامه دهد.

جایی که از  
اینجا  
به آن  
می رسیم



## گفتگوهای موضوعی انجمن در ۲۰۰۸-۲۰۰۶

### برداشت‌نامه های بسیار ...

#### ایجاد جلسات همیشگی قوی

نقشه نظرات پیرامون این موضوع ، منجر به دو ابزار جدید گروه شد. اولین ابزار ، برگه "کیفیت های ی جلسه همیشگی قوی" است. این برگه شامل نقشه نظرات اعضا از سراسر دنیا در مورد معنای ی جلسه همیشگی قوی است. به منظور کم به اعضا برای تقویت این کیفیت ها ، ما برگه تمرین "کیفیت های جلسات همیشگی قوی" را تهیه کردیم ، منبعی ساده که شامل قدم هایی اساسی برای رشد ی گروه است. آن را در گروه خود به کار برد و نظرتان را با ما در میان بگذارید.

**برگه تمرین ایجاد جلسات همیشگی قوی** این ابزار به شما کم می کند تا روش هایی را برای بهبود تلاش های تان ، پیدا کرده و در مورد آن ها گفتگو کنید . شما می توانید آن را از آدرس زیر ، داون لود کنید :  
[http://www.na.org/discussion\\_boards.htm](http://www.na.org/discussion_boards.htm)

#### سوالات مربوط به چه کسانی در جلسات ما حضور ندارند و چرا؟

برای بدننه های خدماتی

در صورتی که بخش هایی از جمعیت محلی وجود دارند که هرگز با NA آشنا نشده اند ، بنابراین ما باید در تلاش های خدماتی محلی مان ، به دنبال راه حل ها باشیم.

۱. چه خلاصه ارتقابی و تصور نادرستی در مورد NA در جامعه وجود دارد که ساختارهای خدماتی ما می توانند به منظور حل آن ها ، تلاش کنند؟

۲. چه کار میتوانیم انجام دهیم تا در مورد NA به اعضا بالقوه اطلاع رسانی کنیم؟

#### سوالات مربوط به اعضا و گروه ها

برنامه ما ، چیزی برای ارائه کردن به همه دارد و این مسئولیت ماست که مطمئن شویم انجمن مان هم به اندازه خود برنامه بهبودی NA ، جذاب و قابل دسترس است.

۳. به عنوان ی عضو ، چه تلاش های شخصی ای می توانم انجام دهم ( و سایر اعضا را هم در جهت این تلاش ها ، تشویق کنم) تابه انواع مختلف افراد ، کم کنم؟

۴. چه تغییراتی در سطح گروه ایجاد کنیم تا مطمئن شویم که اعضا را فراری نمی دهیم و بر عکس از همه استقبال می کنیم؟

#### سوالات مربوط به ساختار خدماتی ما

برای فضای بیبودی در خدمت

ما مایلیم در مورد این که ساختارهای خدماتی برای ایجاد فضای بیبودی ، چه کار کرده یا چه کار می توانند بکنند ، بیشتر بشنویم. با ایده های تان ، خلاقانه تر برخورد کنید.

۱. به صورت فردی ، چه اقداماتی انجام داده یا می توانید انجام دهید تا بیبودی شخصی را به فعالیت های خدماتی تان ، منتقل کنید؟

۲. کمیته ها و ساختارهای خدماتی شما ، چه اقداماتی انجام داده یا می توانند انجام دهند تا فضای بیبودی را بهتر سازند؟

برای رهبری

هدف از رهبری قوی در NA این است که دیگران نیز به رهبری ، تشویق شوند.

۳. چگونه می توانیم درک اعضا را از نقش ها و مسئولیت های هر پست خدماتی ، افزایش دهیم ؟

۴. چگونه می توانیم بهتر خدمتگزاران مورد اعتماد یا خدمتگزاران بالقوه را تحت تعلیم و مشاوره قرار داده و از آنان حمایت کنیم؟

برای برنامه ریزی و خود اتکایی

**ابزار** ما شما را دعوت می کنیم تا ابزار برنامه ریزی ناحیه را از آدرس زیر تهیه کنید:  
[http://www.na.org/handbooks/handbook\\_index.htm](http://www.na.org/handbooks/handbook_index.htm)

۵. چگونه از برنامه ریزی در فعالیت های خدماتی تان ، استفاده کرده اید؟

۶. کدام فعالیت های خدماتی باعث شده یا می توانند باعث شوند که شما به مستله کمبود منابع مالی یا انسانی پردازید تا بتوانید کاملاً خوداتکا شوید؟



انجمن معتادان گمنام از آغاز شکل گیری در ۱۹۵۳، راه درازی را پیموده است. ما از اولین جلسه که در سان ولی در کالیفرنیای آمریکا تشکیل شد، به برگزاری بیش از ۴۰.۰۰۰ جلسه هفتگی در تقریباً ۱۲۵ کشور جهان رسیده ایم. تاریخچه انجمن ما مملو از وقایع گوناگون است، و ما می خواهیم گوشه هایی از این وقایع را، هم آن ها که ناشناخته ترند و همان هایی که مشهورند، با شما در میان بگذاریم. شما هم اگر واقعه ای تاریخی و جالب سراغ دارید، آن را برای ما به نام مجله راه NA به نشانی PO Box 9999, Van Nuys, CA 91409 ارسال کنید.

**آیا می دانستید:** از اولین چاپ کتاب پایه در ۱۹۸۳، تا سال ۲۰۰۶ تعداد ۵.۹۱۴.۳۴۲ نسخه از آن توزیع شده است؟

**آیا می دانستید:** نسخه کامل کتاب پایه به صورت آن لاین در [www.na.org/ips/eng/index.htm](http://www.na.org/ips/eng/index.htm) در دسترس قرار گرفته است؟

**آیا می دانستید:** کتاب پایه در عرض ۳۰ روز پس از قرار گرفتن در آدرس اینترنتی [www.na.org/ips/eng/index.htm](http://www.na.org/ips/eng/index.htm) بالا، ۳۰۰۰۰ بار مرور شد؟

**آیا می دانستید:** ما در فوریه ۲۰۰۵، درخواستی برای نوشه هایی از تجربه های فردی به انجمن فرستادیم و بیش از ۷۰۰ پاسخ از ۳۴ کشور دریافت کردیم؟

**آیا می دانستید:** اعضای کارگروه طرح به روزرسانی کتاب پایه متشکل از اعضا ای از شش کشور واقع در چهار قاره است؟ این اعضا هر ۷۰ قطعه رسیده را می خوانند و ارزیابی می کنند - همین طور سرگذشت های فردی چاپ شده در کتاب پایه انگلیسی، فرانسه و آلمانی، و کتابچه سفید سوئدی و انگلیسی به لهجه بریتانیایی.

**آیا می دانستید:** ئر اول سپتامبر ۲۰۰۶، ما به همه اعضای متقاضی، و نیز همه مناطق نواحی، و شرکت کنندگان مجمع، بیش نویسی از ششمین ویرایش کتاب پایه برای بررسی ارائه داده ایم؟

**آیا می دانستید:** از اول سپتامبر ۲۰۰۶ تا اول فوریه ۲۰۰۷، بیش از ۴.۴۰۰ نسخه از پیش نویس به صورت پستی توزیع شده، و بیش از ۲.۹۰۰ نسخه دانلود شده است؟ این پیش نویس به ۵۴ کشور جهان فرستاده شده است؟

**آیا می دانستید:** برای دریافت اطلاعات بیش تر در مورد طرح ششمین ویرایش کتاب پایه، می توانید به [www.na.org/conference/bt](http://www.na.org/conference/bt) مراجعه کنید؟

# جزوه های اطلاع رسانی برای جوانان آماده بررسی و نظردهی است

اول مارس، جزوه های جدید اطلاع رسانی برای جوانان منتشر شد. این پیش نویس ها شامل جزوه جدیدی است با عنوان «از معتادان جوان، برای معتادان جوان» (که جایگزین جزوه اطلاع رسانی فعلی، یعنی جوانان و بهبودی خواهد شد)، به همراه قطعه ای مربوط به والدین معتادان جوان. مهلت نظردهی درمورد این پروژه تا ۳۱ می است. به منظور دریافت نسخه ای برای بررسی و ارائه نظر به صورت آن لاین، می توانید به سایت ما: <http://www.na.org/conference/youth> مراجعه کنید. برای درخواست نسخه پاپی، می توانید worldboard به شماره ۰۷۰۰۰۸۱۸ فکس، یا به [@na.org">@na.org](mailto:@na.org) پست به این نشانی بفرستید؛ PO Box 9999; Van Nuys, CA 91409. ما می دانیم که در پیش نویس های جزوء اطلاع رسانی برای جوانان می شود از گستره وسیع تری از تجربیات استفاده کرد، و سخت مشتاقیم از نظر اعضا در مورد آن چه ممکن است این جاهای خالی را پر کند، آگاه شویم. چنان که پیش تر گزارش دادیم، مخاطب گرفتن معتادان جوان در نشیرات، بدین معناست که این متن ها برای صحبت بی واسطه با چنین افرادی تهیه شده اند. جزوه های اطلاع رسانی جدید شکل و شمایل و لحن متفاوتی خواهد داشت. در مقام هیأت امنی شما، می نیز دغدغه های خاص خود را در بررسی این متن ها داشتیم. ازان جایی که مخاطب مطالب اتفاقه شده در تهیه این متن ها خود نمودیم، ناچار بودیم بحث هایمان را بر مفید بودن یا نبودن آن ها برای اعضای جوان تر NA متمن کر کنیم، و نیز این که مطابق اصول NA هستند یا نه. به خوبی آگاهیم که پذیرفتی ساختن پیام NA برای جمعی چین گونه گون، بدین معناست که لزوماً همه چیز لحنی نخواهد داشت که تو مان بتوانیم بآن هم ذات پنداری کنیم. ما بر سر این مسئله نیز بحث ها داشته ایم که درخواست از اعضا برای بررسی متن ها، برای بسیاری از ما به منزله انجام این کار نیست. ما می دانیم این پرسش که «ایا من با متن هم ذات پنداری می کنم؟» مناسب ترین رویکرد به این جزوه ها نیست. آن چه سودمندتر خواهد بود، تفکر در این مورد است که آیا چنین مطالبی ممکن است باعث شود اعضای جوان تر به NA بیایند یا نه. بعضی از کمیته های خدماتی، در حال تشکیل

به جوانان دریافت می کنیم، و در مجمع خدمات جهانی در ۲۰۰۶، تهیه نشریات هدف مند برای جوانان در اولویت قرار گرفت. با این اوصاف، لازم به ذکر نیست که نیازی اساسی برای نشریات جدید مربوط به معتادان جوان وجود دارد. بسیاری از ما توانستیم بدون نشریات هدفمند پاک شویم، اما می دانیم که بعضی از اعضا بالقوه با ما نمانند یا بعضی های دیگر ممکن بود به کم نشریات هدفمند، پیام NA را راحت تر لمس کنند. به باور ما، گسترش نشریات NA و یافتن شیوه های جدید در دسترسی به آنان که هنوز پیام ما را نشنیده اند، نه تنها برای تحقیق چشم اندازمان، بلکه برای نیل به هدف اصلی ما نیز امری حیاتی است. در انتظار نظرهای شما هستیم تا بدانیم چگونه می توانیم این جزوه های جدید اطلاع رسانی را بیش از پیش مناسب معتادان جوانانی کنیم که در جست وجوی بهبودی از اعتیاد هستند.

## تهیه جعبه ابزار خدماتی

[www.na.org/local\\_resource\\_area.htm](http://www.na.org/local_resource_area.htm)

دنیال شکل های اجرایی و نقشه هایی برای کارگاه ها و همایش ها، یا ابزارهای توسعه و امداد رسانی در انجمن می گردید؟ بخش «منابع کمیته خدماتی محلی» در سایت NA، جایی است که در آن، کمیته های خدماتی NA می توانند تداریزی را که در محل خود اندیشیده اند یا یکدیگر در میان پذارند. این ابزارها در دتوس قرار گرفته اند تا هیأت های خدماتی NA بتوانند از تجربه ها و تلاش های یکدیگر استفاده کنند. خدمات جهانی NA یا مجمع خدمات جهانی این منابع را تصویب یا تأیید نکرده است مگر خلاف آن



به صراحت مشخص شده باشد؛ هر چند ما نیز منابع مختلفی را که تهیه کرده ایم و مورد تأیید خدمات جهانی NA یا مجمع خدمات جهانی است، در همین بخش سایت قرار داده ایم. دانلود این مطالب و استفاده یا اقتباس از آن ها به صلاحیت دارد کمیته خدماتی محلی، برای همگان آزاد است. به منظور ثبت نام برای در میان گذاشتمن منابع ناحیه یا منطقه تان، لطفاً اطلاعات خواسته شده در [http://www.na.org/local\\_resource\\_area\\_form.htm](http://www.na.org/local_resource_area_form.htm) در حال حاضر، فقط نواحی یا مناطق بیشتر شده مجازند مطالب شان را در این سایت قرار دهند. دیگران برای گذاشتمن مطالب شان در سایت، باید به نشانی [webmaster@na.org](mailto:webmaster@na.org) برای ما ای میل بفرس نند. حق برداشتمن هر یا از مطالب این بخش از سایت، بدون استثنای برای خدمات جهانی NA محفوظ است.

# خدمت



## کتابچه راهنمای روابط عمومی

### تعامل با جامعه

اولین تصویری که واژه روابط عمومی در ذهن شما ایجاد می کند چیست؟ چند کارشناسی کت و شلوار پوشیده؟ مدیران تبلیغاتی؟ برای خیلی از ما، این تصویر دسته ای از اعضای NA که بیرون در جلسه جمع شده اند نیست؛ ولی در مقدمه کتابچه راهنمای روابط عمومی خاطرنشان شده است که روابط NA با مردم جامعه، پیش از هر چیز ناشی از تصویری است که مردم از طرز برخورد ما با همدیگر می بینند، چه در جلسات و گردهم آیی هایمان، چه در حین کارهای خدماتی، و خی تصویری که در حین فعالیت های روزمره، چه بخواهیم چه نخواهیم، از NA لدر ذهن مردم به وجود می آوریم. این نکته، به نوعی همان مطلبی است که در کتاب چگونگی عملکرد در بخش مربوط به سنت یازدهم آمده: «همه اعضای ما در روابط ما با جامعه نقش دارند، چه درگیر کار روابط عمومی باشند، چه نباشند».

با در نظر گرفتن این نکته، نگاهی می اندازیم به فصل چهارم کتابچه راهنمای روابط عمومی، یعنی «آماده سازی و آموزش برای تعامل با جامعه». این فصل به گمان ما برای همه اعضا NA - نه فقط کارگزاران روابط عمومی / اطلاع رسانی - مفید است، چون تا اعضا و کمیته های خدماتی گهگاه سروکارشان با جماعت بیرون از انجمن می افتد. داوطلبان گروه زندان ها و بیمارستان ها برای برگزاری جلسات و نشست های معارفه، با کارکنان زندان سروکار دارند. والدین مضطرب، دوستان نگران، و کارشناسان درمانی علاقه مند مدام به داوطلبانی که در تلفن امداد کار می کنند، زنگ می زند. حتی خدمتگزاران معتمد گروه نیز با کارکنان محل برگزاری جلسه سروکار دارند، و طرز نگه داری گروه از امکاناتی که در اختیارش گذاشته شده، ممکن است بر تصویری که NA طور کلی ایجاد می کند اثر فراوانی بگذارد.

فصل چهارم این کتابچه راهنمای شامل مطالب آموزشی و تمرین هایی است که به گمان ما در هر نوع تعامل با مردم اهمیت دارد. آماده سازی و آموزش در ایجاد هر نوع رابطه ای ممکن است واجب باشد، اعم از برقراری ارتباط با روحانی محل، مسئول ب زندان، یا وزیر بهداشت در کشوری که در آن A صولاً شناخته شده نیست. ی رابطه ستحکم، همچنان که در کتابچه راهنمای هم بر آن تأکید شده، رابطه ای است پایدار، انعطاف پذیر، و مبتنی بر اعتماد و احترام که هر دو طرف از آن متفق می شوند.

چند پرسشن اساسی در کارآمدانه سازی و آموزش وجود دارد. ما با چه کسانی سروکار داریم، و چه چیزهایی در موردنیان می دانیم؟ هر شخص یا نهادی، اهداف، سوابق، و جهان بینی خاصی دارد و ما برای تعامل مناسب با آن ها، ناگزیریم این تقاضاها را در نظر داشته باشیم. اطلاعات مخاطب از ما نیز نکته مهمی است که باید به آن توجه داشت. برای مثال، این که سابقه ذهنی مخاطب از NA، چه تأثیری ممکن است بر تعامل فعلی ما بگذارد.

با اتفاقاًه از اطلاعات حاصل از این پرسش ها، می توانیم خود را برای چگونگی تعامل با مخاطب مورد نظر آماده کنیم. قصد ماغفت و شنود است، نوعی تبادل نظر که در آن نه تنها اطلاعاتی درباره NA به طرف های گفت و شنودمان ارائه می دهیم، بلکه مایلیم نیازها، دغدغه ها، و پیشنهادهای آن ها را نیز بشنویم. می خواهیم ارتباط موثر داشته باشیم، بنابراین باید در فکر زبانی باشیم که مخاطبان ما آن را درک کنند (بجای استفاده از اصطلاحات انجمنی، مثل). می خواهیم با پوشیدن لباس مناسب موقعیت، به مخاطب احترام بگذاریم. افزون بر این ها، ضمن در نظر داشتن هم‌لینک نکته ها، می خواهیم آن قدر تمرین کنیم تا کاملاً آماده کار شویم.

فصل چهارم کتابچه راهنمای روابط عمومی در بردارنده جزئیات بسیار بیش تری درباره آماده سازی و آموزش، همچنین نکته ها و پیشنهادهای فراوانی در مورد برگزاری انواع نشست های معارفه است که پرداختن به تمامی آن ها در حوصله ی ستون راه NA نیست، و بهتر است شخصاً آن را مطالعه کنید. توجه داشته باشید که کتابچه راهنما را می توانید مجانی از سایت NA (www.na.org) دانلود کنید. بدگذارید همه این نکته را پیش چشم داشته باشیم که: روابط عمومی NA ، چیزی است که تا ما بدون استثنا با آن سروکار داریم!

## فعالیت های روابط عمومی خدمات جهانی NA

در زانویه و مارچ، ما در نشست «شورای برگزاری ماه بهبودی» در واشنگتن دی سی آمریکا شرکت داشتیم، این ارتباطی است مستمر مبتنی بر روحیه همکاری، و به منظور خدمت در مقام یه مرجع اجتماعی. در نشست زانویه، ما فرصتی به دست آوردهیم تا توضیحاتی درباره سنت هایمان - مخصوصاً اصول مربوط به گمنامی - به کارشناسانی بدھیم که می توانند انجمن را به مراجعت شان معرفی کنند.

در فوریه، نمایندگان خدمات جهانی NA در کنفرانس «انجمن عفو و آزادی مشروط آمریکا» در آتلانتای جور جیا شرکت داشتند. ما سه سال است که در این کنفرانس حاضر بوده ایم، و متوجه شده ایم که ارتباط ما با این کارشناسان، درک فزینده ای از انجمن در افرادی ایجاد کرده که امور مربوط به سپرپستی اعضای فعلی و آتی NA را به عهده دارند.

## همکاری با NA در جواجم مختلف

کمیته اطلاع رسانی منطقه امریکا کانتیز سن دیگو (کالیفرنیا آمریکا) و خدمات جهانی NA، با همکاری یکدیگر در تدارک انتقال بیام بهبودی در دو رویداد هستند: کنفرانس زمستانی انتیتیوی «گست هاوس» / «شورای ملی ضدالکلیسم کاتولیک ها» با موضوع اعتیاد، در زانویه؛ و کنفرانس سالانه «انجمن ملی دست اندر کاران درمان اعتیاد» در ماه می. این دو رویداد در سن دیگو برگزار خواهد شد. فعالانه بی گیر شرکت در کنفرانس گست هاوس بود و کمیته اطلاع رسانی سن دیگو به سرعت و شایستگی تمام دست به کار پاسخ به این نیاز شد. دست مریزاد! منطقه کلرادو و ناحیه پایکز پی دست به کار شدند تا نشست معرفی NA را در «سینپوزیوم زمستانی

## «دوازده قدم خریت»

۱. ما اقرار کردیم که در برابر هیچ چیز عاجز نیستیم، و کاملاً می توانیم زندگی خود و هر کس دیگری را که به ما اجازه دهد اداره کنیم.
  ۲. ما به این باور رسیدیم که هیچ نیروی برتری برای ما در کار نیست، و هر کس جور دیگری فکر می کند مخش معیوب است.
  ۳. ما تصمیم گرفتیم اراده و زندگی کسانی را که دوست می داریم در دست مراقبت خود بگیریم.
  ۴. ما ترازاننامه اخلاقی بی باکانه از هر کس که می شناختیم تهیه کردیم.
  ۵. ما بر چگونگی دقیق خطاهای هر کس که می شناختیم انگشت گذاشتیم.
  ۶. ما آمادگی کامل پیدا کردیم که همه غیر از خودمان درست کاری پیشه کنند.
  ۷. ما خواستار آن شدیم که همه خود را تغییر بدهند یا از زندگی ما بیرون بروند.
  ۸. ما فهرست کاملی از کسانی که به ما صدمه رسانده بودند تهیه کردیم، و تمایل پیدا کردیم که برای انتقام از آن ها پای همه چیز باشیم.
  ۹. ما هر جا که ممکن بود مستقیماً از همه این افراد انتقام گرفتیم، مگر در مواردی که این کار ممکن بود به قیمت جن مان تمام شود یا ما را به زندان بیندازد.
  ۱۰. ما به تهیه ترازاننامه همه غیر از خودمان ادامه دادیم، و هر جا که در اشتباہ بودند، بی درنگ و مصراوه به رخ شان کشیدیم.
  ۱۱. ما به جست وجوی راهی برای ایجاد رابطه با نیروی برتری برآمدیم که همه چیز را به شیوه دلخواه ما سرو سامان دهد.
  ۱۲. بر اثر اضمحلال کامل جسمی، عاطفی، و معنوی حاصل از برداشت این قلم ها، سعی کردیم همه تقصیرها را به گردن دیگران بیندازیم، و درخواست همدردی و غم خواری از دیگران را سرلوحة همه امور زندگی خویش قرار دادیم.
- برگرفته از مطلبی در *Jantus* نشریه انجمن متعادان گمنام در اکوادور

# تازه های هیأت امنی جهانی

## نیازهای مشترک در همایش جهانی

تقاضاهایی از اعضا دریافت کرده ایم برای برگزاری انواع خاصی از گردهم آیی های نیازهای مشترک در همایش جهانی NA در سن آنتونیو. ازان جا که چنین تقاضاهایی را اساساً جوانان و بعضی اعضای خاص دارند، ما در تدارک برگزاری کارگاه های روزانه برای جوانان و آن اعضا، و مراسم تفریحی مناسی برای هر یا این گروه ها هستیم. همچنین قصد داریم کارگاه هایی در مورد مسائل مختص زنان و مسائل مختص مردان کارگاه هایی برای اعضا اسپانیایی زبان و کارگاه هایی با موضوع سالخورگان و از کار افتادگان برگزار کنیم.

تا این لحظه، اعضا اسپانیایی زبان در مورد این که گنجاندن چه چیزهایی در همایش، بهتر نیازهایشان را برآورده می کند، خبری به مانداده اند. هنوز برای نظردهی وقت هست، و ما سخت علاقه مندیم که بدانیم در همایش جهانی چه چیزهایی ممکن است برای چنین اعضا بی قبل استفاده تر باشد.

در مقام هیأت امنی شما، ما در باب این موضوع گفت و گو کرده ایم که گنجاندن فعالیت های مربوط به نیازهای مشترک در برنامه زمانی همایش جهانی، به معنای برگزاری فقط یا کارگاه یا مراسم نیست؛ بلکه به معنای چندین و چند رشته فعالیت هایی است که مقصد ازان ها غنی کردن تجربه شرکت در همایش و استقبال از تلاش گروه هاست. این رویکردهای جدید بخشی از تلاش ما برای پاسخ دادن به مباحث مطرح در کل این جمیعت موردن حاضر نیستند و ما چه گونه می توانیم پیام NA را بهتر به گروه های خاص انتقال دهیم. برای اطلاع بیشتر از این مباحث، به مطلب «مباحث مطرح در اینجن» در همین شماره نگاه نمایید. ما در انتظار آغاز همایش سن آنتونیو و آزمودن شیوه های جدید در انتقال پیام NA و استقبال از اعضا هستیم.

## به روزرسانی کتاب پایه

کارگروه کتاب پایه با جدیت مشغول خواندن نظرهای اعضا این جمیعت در مورد پیش نویس ششمین ویرایش کتاب پایه و بحث در باب اصلاحات آن است. مهلت بررسی و نظردهی از اول سپتامبر ۲۰۰۶ تا ۲۸ فوریه ۲۰۰۷ بود و در این مدت ما بیش

از ۷۵۰۰ نسخه از پیش نویس در پنجاه و سه کشور توزیع کردیم. پیش نویس تأیید شده که در مجمع خدمات جهانی ۲۰۰۸ به رأی گذاشته خواهد شد، اول سپتامبر ۲۰۰۸ منتشر می شود و به پیوست گزارش صورت جلسه مجمع نیز در دسترس قرار خواهد گرفت. از تمام کسانی که با این طرح همکاری کردند متشکریم.

## همین امروز مشترک شوید!

با اشتراک الکترونیکی، ی نسخه تمام رنگی مستقیماً به ای میل شما فرستاده خواهد شد. شما می توانید فرمت این نسخه الکترونیکی را خودتان انتخاب کنید (PDF) یا HTML) و باعث صرفه جویی در هزینه چاپ و ارسال شوید.

[http://portaltools.na.org/  
portaltools/subscriptions](http://portaltools.na.org/portaltools/subscriptions)

چگونگی فرستادن  
مطلوب برای چاپ:

ای میل: de@na.org

به صورت پستی:

PO Box 9999  
Van Nuys, CA 91409 USA

فکس: 818.700.0700

NA Way-E-SUBS





- برای رزرو اتاق های هتل و اطمینان از موجود بودن اتاق ✓
- برای رزرو بلیت های هواییما ✓
- برای نام نویسی به منظور خدمت در همایش ✓
- برای اطلاع از تازه های همایش در مورد مراسم، سرگرمی ها و... ✓
- برای ثبت نام آن لاین ✓

**بروید به**

**www.na.org**

### **ثبت نام برای چه؟**

**ثبت نام در همایش یعنی:**

- دسترسی اختصاصی زودهنگام به غرفه فروش محصولات در چهارشنبه و پنج شنبه
- دسترسی به اتوبوس رفت و آمد همایش
- شش مجلس تفریحی (شامل دو مجلس برای جوانان و دیگران)
- جشن افتتاحیه شب پنجم شنبه (جشن خیابانی) به همراه نمایش های متنوع
- دو قهوه خانه با تفریحات ملی در شب های جمعه و شنبه
- دو اجرا از اپرای راک Rocky Recovery با موضوع بهبودی، با هنرنمایی اعضای NA از لندن، انگلستان

مهم تر از همه بث نام موجب می شود ما کاملاً خودکفا باشیم. تدارک هر همایش جهانی میلیون ها خرج برمری دارد. ما باید برای اجاره محل برگزاری، اتوبوس های رفت و آمد و سرویس های مخصوص معلولین، تجهیزات صوتی / تصویری و ترجمه همزمان برای جلسات، نیروی انسانی و حراست، و بسیاری چیزهای دیگر پول پردازیم تا مطمئن باشیم برای همه جا به اندازه کافی داریم، و فضای شاد و راحت بهبودی در مراسم آماده شده است.

**بروید به**

**www.na.org**

# تقویم



گروه های و هیأت های خدماتی را تشویق می کنیم که رویدادها را در مجله راه NA و تقویم آن لاین و قایع، به اطلاع عموم برسانند. برای ثبت اطلاعات هر رویداد، روی لینه «na events» در سایت [www.na.org](http://www.na.org) کلی کنید و دستور العمل ها را دنبال کنید. کسانی که دسترسی به اینترنت ندارند می توانند اطلاعات را به شماره ۰۷۰۰۸۱۸۷۰۰ به نام NA Way فکس کنند یا با شماره ۹۹۹۹۳۳۷۸۸۱ (داخلی ۱۷۹) تماس بگیرند یا به نشانی مجله راه Van NA (Box 9999; Nuyts, CA 91409 USA) نامه بفرستند. ما برای تقویم درج شده در مجله رویدادهایی در مجله چاپ می شود که یا چندروزه باشند یا در فاصله بین چاپ دو شماره برگزار شوند. هر شماره تقریباً سه ماه پیش از چاپ، تولید، و معمولاً در هفته اول ماه چاپ آن، توزیع می شود. برای چاپ شدن رویدادتان در مجله راه NA، لطفاً با توجه به برنامه زمانی زیر به ثبت اطلاعات اقدام کنید. برای آگاهی از سایر اطلاعات مربوط به رویدادها به چندروزه باشند یا در فاصله بین چاپ دو شماره برگزار شوند. هر شماره تقریباً سه ماه پیش از چاپ، تولید، و معمولاً در هفته اول ماه چاپ آن، توزیع می شود. برای چاپ شدن رویدادتان در مجله راه NA، لطفاً با توجه به برنامه زمانی زیر به ثبت اطلاعات اقدام کنید. برای آگاهی از سایر اطلاعات مربوط به رویدادها به

[www.na.org](http://www.na.org) مراجعه کنید.

## رویداد تاریخ برگزاری رویداد

شماره	مهلت ثبت اطلاعات
۵ آگوست	هفته دوم ژانویه تا هفته اول آوریل
۵ آوریل	هفته دوم آوریل تا هفته اول جولای
۵ جولای	هفته دوم جولای تا هفته اول آگوست
۵ آگوست	هفته دوم آگوست تا هفته اول ژانویه

## Australia

**Queensland** 29 May-1 Jun; Greater Queensland Area Convention; Judith Wright Centre, Brisbane; event info: 61.407.738.386, 61.405.979.808; registration: 61.413.547.371

## Brazil

**Santa Catarina** 20-22 Apr; Convenção II da Região Brasil Sul; Bavaria Mar Hotel, Garopaba; event info: 048.9971.6878, 048.9945.6755; [www.nabrasilsul.org](http://www.nabrasilsul.org)

## Canada

**Nova Scotia** 18-20 May; Central Nova Area Convention V; Citadel Halifax Hotel, Halifax; hotel rsvns: 800.565.7162; event info: 902.429.8081; registration: 902.434.6849

**2(** 16-22 Jul; Pig Roast and Campout XVIII; Blomidon Provincial Park, Blomidon; hotel rsvns: 902.365.2457; event info: 902.765.3555, 902.365.2457; [www.avanasco.zoomshare.com](http://www.avanasco.zoomshare.com)

**Ontario** 18-20 May; Ontario Regional Convention XX; Four Points Sheraton, London; hotel rsvns: 519.681.0600; event info: 519.824.6117, 519.936.3254; [www.orcnaxx.ca](http://www.orcnaxx.ca)

## Germany

**North Rhine-Westphalia** 25-27 May; Convention of the German-speaking Region XXIV; Rudolf Steiner Schule, Bochum; event info: 49.170.2955465; [www.na-rsk.de/homepage/dcna](http://www.na-rsk.de/homepage/dcna)

## Greece

**Athens** 18-20 May; Hellenic Convention VII; Technopolis, Gazi; event info: 130.6936.685111, 30.6944.521894; [www.greece.gr](http://www.greece.gr)

## Indonesia

**Bali** 1-3 Jun; Bali Area Convention; Dhyana Pura Beach Resort, Seminyak; hotel rsvns: 62.361730442; event info: 62.812.390.1750, [www.na-bali.org](http://www.na-bali.org)

## Italy

**Rimini** 4-6 May; Italian Convention XXIV; Aris Hotel, Igea Marina; hotel rsvns: 390541330007; [www.na-italia.org](http://www.na-italia.org)

## Panama

**Panama City** 18-20 May; Crena Panama Bilingual Convention; Riande Continental, Panama City; hotel rsvns: 507.213.0455; [www.conencion-na-panama.org](http://www.conencion-na-panama.org)

## Peru

**Ica** 18-20 May; Convención Regional Peruana XIII; Casa de Retiro Buen Consejo, Ica; event info: 51.1.9970.6609; <http://groups.msn.com/m7o6n2qg00p944ekai1nm08g01>

## Spain

**Cádiz** 18-21 May; Convención Regional Española; Hotel Colón, Costa Ballena, Rota; hotel rsvns: 956865000; event info: 637756128, 607510387; registration: 6548960003; [www.na-esp.org/eventos%20N.htm](http://www.na-esp.org/eventos%20N.htm)

## United States

**Arizona** 25-27 May; Arizona Regional Convention XXI; DoubleTree Inn Tucson Reid Park, Tucson; hotel rsvns: 800.222.8733; event info: [www.arizona-na.org/arcna](http://www.arizona-na.org/arcna)

**Arkansas** 15-17 Jun; Beaver Roundup Campout XXII; Buffalo Point National Park, Yellville; hotel rsvns: 870.449.4311; event info: 870.416.4811, 479.903.1970

**California** 1-3 Jun; River Cities Ride for Recovery; Fawn Campground, Trinity Lake, Weaverville; event info: 530.365.7625; [www.rcaride4recovery.com](http://www.rcaride4recovery.com)

**2(** 15-17 Jun; The Nature of Recovery Convention XXII; Holiday Inn on the Bay, San Diego; hotel rsvns: 800.972.2802; event info: 619.255.077, 619.280.7445; [www.sandiegona.org](http://www.sandiegona.org)

**3(** 6-8 Jul; California Inland Regional Convention; Westin Mission Hills Resort and Spa, Palm Springs/Rancho Mirage; hotel rsvns: 760.328.5955; event info: 760.322.1872, 951.303.6721; [www.cirna.org/convention](http://www.cirna.org/convention)

**Connecticut** 11-13 May; Women's Sponsorship Weekend Retreat III; Incarnation Retreat Center, Ivoryton; event info: 203.238.1735; registration: 203.886.7336; [www.ctna.org](http://www.ctna.org)

**Florida** 26-29 Apr; Fun in the Sun XXIX; The Boardwalk Beach Hotels and Suites, Panama City Beach; hotel rsvns: 800.224.4853; event info: 256.272.8183; registration: 256.394.7787

**2(** 27-29 Apr; Recovery in Paradise Spiritual Retreat XV; Sugarloaf Key KOA Campgrounds, Sugarloaf Key; hotel rsvns: 800.562.7731; event info: 703.517.0857; [recoveryinparadise@yahoo.com](mailto:recoveryinparadise@yahoo.com);

**3(** 27-29 Apr; Daytona Area Convention VIII; Plaza Ocean Club, Daytona Beach; hotel rsvns: 800.847.7420; event info: 386.451.6276, 386.789.9847; [www.daytonana.org](http://www.daytonana.org)

**4)** 25-28 May; Gold Coast Convention; Ft Lauderdale Marriott North, Ft Lauderdale; hotel rsvns: 954.334.9233; event info: 954.328.2400; registration: 954.805.0177; [www.goldcoastna.org](http://www.goldcoastna.org)

**5)** 28 May-1 Jun; Florida Regional Convention; Renaissance Resort at the World Golf Village, St Augustine; hotel rsvns: 888.740.7020; event info: 863.683.8224; speaker tape submission deadline: 29 Apr; write: Florida Region; 706 N Ingraham Ave; Lakeland, FL 33801; [www.floridarso.org](http://www.floridarso.org)

**Iowa** 6-8 Jul; Iowa Regional Convention; Holiday Inn of Sioux City, Sioux City; hotel rsvns: 800.465.4329; event info: 712.898.5725; registration: 712.899.8990;

**Louisiana** 25-27 May; Louisiana Regional Convention XXV; Holiday Inn Convention Center, Alexandria; hotel rsvns: 318.442.9000; event info: 318.445.2864; registration: 318.640.3413

**Maryland** 13-15 Apr; Chesapeake & Potomac Regional Convention XXI; Roland E Powell Convention Center, Ocean City; event info: 301.516.9078; registration: 301.785.3987; [www.cprcna.org](http://www.cprcna.org)

**Massachusetts** 3-6 May; Celebration of Recovery XX; Wesley Hotel, Oak Bluffs; hotel rsvns: 508.693.6611; event info: 508.696.1031, 508.696.3767

**2)** 22-24 Jun; First Southeastern Massachusetts Area Convention; Holiday Inn of Mansfield, Mansfield; hotel rsvns: 508.339.2200; event info: 508.989.2112, 508.677.3386

**3)** 6-8 Jul; Serenity in the Berkshires Campout XVIII; Camps Stevenson and Witawentin, Pittsfield; event info: 413.443.1294, 413.281.8145

**Michigan** 5-8 Jul; Michigan Regional Convention XXIII; Holiday Inn South, Lansing; hotel rsvns: 800.333.8123; event info: [mrcna@michigan-na.org](mailto:mrcna@michigan-na.org); registration: 517.694.8123,

**Minnesota** 13-15 Apr; Minnesota Regional Convention XIV; Cragun's Conference and Golf Resort, Brainerd; hotel rsvns: 218.825.2700; event info: 612.605.1129; [www.naminnesota.org](http://www.naminnesota.org)

**2)** 25-28 May; Spiritual Refreshment; Fair Hills Resort, Detroit Lakes; hotel rsvns: 800.323.2849; event info: 701.364.2847; registration: 701.364.2847; [www.umrna.org](http://www.umrna.org)

**Missouri** 8-10 Jun; Show Me Regional Convention XXII; Clarion Hotel, Kansas City; hotel rsvns: 816.737.0200; event info: 913.302.2656;

**Montana** 22-24 Jun; Montana Gathering; Symes Hot Springs Hotel, Hot Springs; hotel rsvns: 888.305.3106; event info: 800.990.6262

**Nevada** 13-15 Jul; California Arizona Nevada Area Convention; Riverside Resort Hotel and Casino, Laughlin; hotel rsvns: 800.227.3849; event info: 928.704.9714; registration: 928.412.1230

**North Carolina** 20-22 Apr; Bound for Freedom Convention XXII; Blake Hotel, Charlotte; hotel rsvns: 704.372.4100; event info: 704.605.5738; registration: 704.965.3127

**2)** 4-6 May; Goodwill Campout XIV; Daddy Joe's Campground, Tabor City; hotel rsvns: 877.668.8586; event info: 910.352.1973, 910.380.2201; [www.crna.org](http://www.crna.org)

**3)** 11-13 May; Down East, Inner Coastal, Crossroads Areas Convention II; City Hotel and Bistro, Greenville; hotel rsvns: 252.355.8300; event info: 252.363.4999, 252.671.3329

**4)** 18-20 May; North Carolina Capital Area Family Reunion Convention XVIII; Rocky Mount Holiday Inn, Rocky Mount; hotel rsvns: 888.543.2255; event info: 919.616.6408, 919.395.9810; [www.crna.org](http://www.crna.org)

**Oklahoma** 15-17 Jun; Clean-n-Crazy Campout; Hickory Flats Campground, Lake Tenkiller State Park; hotel rsvns: 918.489.5641; [www.okna.org](http://www.okna.org)

**Oregon** 11-13 May; Pacific Cascade Regional Convention XIV; Red Lion Hotel, Medford; event info: 541.261.7685; registration: 541.890.4255

**2)** 22-24 Jun; Timothy Lake Campout IV; Pine Point Campground, Timothy Lake; event info: 971.404.5996; [www.pcrna.org/gvw](http://www.pcrna.org/gvw)

**Rhode Island** 8-10 Jun; Sistah to Sistah IV; Canonicus Camp and Conference Center, Providence; event info: 401.726.5977, 401.497.4285; [www.gpana.org](http://www.gpana.org)

**Texas** 11-13 May; Old School Speaker Jam III; Kingsbridge Community Center, Dallas; hotel rsvns: 972.754.8035; event info: 972.567.3430; registration: 972.754.8035; speaker tape info: 972.567.7354; speaker tape submission deadline: 15 Apr; write: Duncanville NA Group; 4571 Westmoreland Rd; Dallas, TX 75233

**Utah** 1-3 Jun; Celebration of Recovery XXI; American Legion Hall, Vernal; hotel rsvns: 435.790.0982

**2)** 9-10 Jun; Summer Celebration of Recovery; Kiwanis Park, Springville; event info: 801.830.5207, 801.473.8877

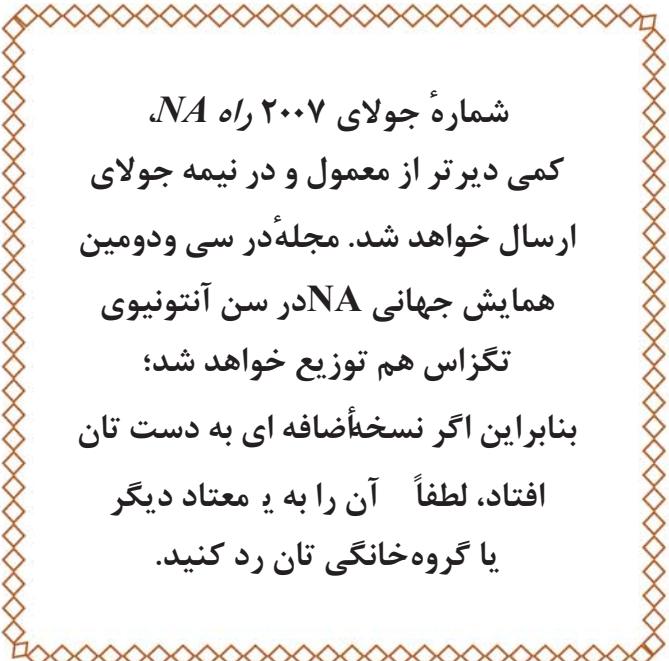
**3)** 13-15 Jul; Utah Region Campvention XXIV; Lodgepole Campground, Heber; event info: 435.820.4552, 801.856.0095; [www.utahna.info/pdf/Campvention\\_Flyer\\_071.pdf](http://www.utahna.info/pdf/Campvention_Flyer_071.pdf)

**Washington** 25-27 May; Washington Northern Idaho Regional Convention; Hilton Vancouver, Vancouver; hotel rsvns: 800.861.8540; write: Lower Columbia Area and Southwest Washington Area; WNIRCNA22; Box 880; Kelso, WA 98626

**Wisconsin** 1-3 Jun; I Can't, We Campout III; Wildcat Mountain State Park, Ontario; event info: 608.315.0092, 608.779.9675; speaker tape submission deadline: 1 May; write: Big Rivers Area; Box 3765; LaCrosse, WI 54602; [www.bigriversna.org](http://www.bigriversna.org).

**2)** 8-10 Jun; Journeys Convention; Pointe Waterfront Resort, Minocqua; hotel rsvns: 866.666.6060; event info: 715.614.9450, 715.356.7533; speaker tape submission deadline: 1 May; write: Woods and Waters Area; Box 303; Minocqua, WI 54548; [www.woodswatersna.org](http://www.woodswatersna.org)

**Wyoming** 11-13 May; Upper Rocky Mountain Regional Convention VIII; Holiday Inn, Rock Springs; hotel rsvns: 888.465.4329; speaker tape submission deadline: 20 Apr; write: Upper Rocky Mountain Region; URMRCNA VIII; Box 445; Evanston, WY 82931-0445; [www.urmrna.org](http://www.urmrna.org)



# محصولات جدید خدمات جهانی NA



## کاستیلی / اسپانیایی

### کتابچه سفید

با تجدید نظر و گنجاندن تجربه های بهبودی فردی،  
نوشته اعضای NA در آمریکای لاتین و اسپانیا

### Narcóticos Anónimos

Item No. CS-1500 Price US \$0.63

### کتابچه خزانه داری گروه *Cuaderno de trabajo del tesorero del grupo*

Item No. CS-2110 Price US \$1.80



### روسی

### کتاب پایه، تجدید نظر شده *Анонимные Наркоманы*

Item No. RU-1101 Price US \$9.70

### جوانان و بهبودی *Молодежь и выздоровление*

Item No. RU-3113 Price US \$0.21

### اسلواک

### IP No. 12: مثلث خودمشغولی

### *Trojuholník sebaposadnutosti*

Item No. SK-3112 Price US \$0.21



### سوئدی

### ی راهنمای جهت معرفی معتقدان گمنام، تجدید نظر شده

### *En inledande guide till Anonyma Narkomaner, Reviderad*

Item No. SW-1200 Price US \$1.70

## انگلیسی

### مجموعه پوسترهاي رنگی، طرح جدید

مجموعه پوسترهاي دوازده قدم، دوازده سنت و دوازده مفهوم  
با اسم های رنگارنگ بیست و چهار زبان نشریات NA، دور متن اصلی.  
این مجموعه پوستر هر سال با اضافه شدن زبان های جدید به روز می شود.

Item No. 9080 Price US \$18.00



## افریکانس

IP No. 1: *Who, What, How, and Why*

### کیست، چیست، چگونه، و چرا؟

Item No. AF-3101 Price US \$0.21



### عربی

IP No. 14:

### تجربه ی معتاد...

### تجربه مدمن مع التقبل والایمان والالتزام

Item No. AR-3114 Price US \$0.21

### خویشتن پذیری:

### تقابل الذات

Item No. AR-3119 Price US \$0.21



## در دست انتشار

### انگلیسی

### مطالب مرجع کتابچه راهنمای روابط عمومی

بخشی از مراجعهای فصل های ۲، ۴، ۵، ۶، ۷ و ۱ به زودی منتشر خواهد شد. برای اطلاعات بیشتر مراجعه کنید به:

لطفاً گهگاه سایت را برای آگاهی از تازه ها نگاه کنید. اگر در صفحه اشتراک

لیست نام کرده اید، انتشار مطالب جدید به اطلاع تان خواهد رسید.

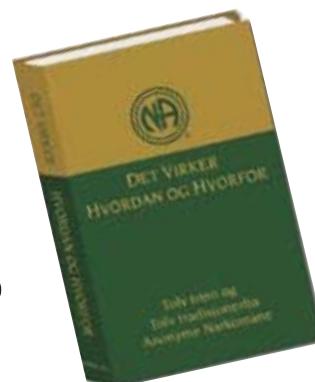
کتابچه راهنمای روابط عمومی شامل مراجعهای و ضمایم جدید فصل هایه زودی آماده خواهد شد.



**سوئدی**  
کتاب پایه در قطع جیبی  
با جلد سخت

*Anonyma Narkomaner*

Item No. SW-1105 Price US \$10.00



**نروژی**  
چگونگی عملکرد

*Det virker:  
Hvordan og Hvorfor*

Item No. NR-1140 Price US \$7.70

## گروه خانگی



با توجه به پاسخ های شما، نتیجه حاصله عبارت است از:

شما اصلاً نمی دانید چه چیزی به حال تان مفید است.  
به شما پیشنهاد می کنیم:  
طرز فکر تان را عرض کنید  
همین الان خودتان را به جلسه برسانید!  
از بازدید شما از SponsorMatch.com مشکریم

