



Narcotics Anonymous®

معتادان گمنام

IP NO. 16

خطاب به تازه وارد

خطاب به تازه وارد

NA یک انجمن غیر انتفاعی از زنان و مردانی است که اعتیاد مشکل اصلی زندگی شان بوده است ما معتادان در حال بهبودی هستیم که مرتب دور هم جمع می شویم تا به پاک ماندن یکدیگر کمک کنیم. در این انجمن هیچ شهریه و وجهی دریافت نمی شود. تنها لازمه عضویت، تمایل به قطع مصرف مواد می باشد. وقتی به اینجا می آید لازم نیست پاک باشید ولی پیشنهاد می کنیم بعد از اولین جلسه، آمدن به جلسه را ادامه داده و پاک بیاید. مجبور نیستید برای کمک گرفتن از NA منتظر یک "اوردز" (مسمومیت از طریق مصرف بیش از حد مواد) یا محکومیت زندان باشید. همچنین اعتیاد، وضعیتی نیست که هیچگونه امیدی برای بهبودی در آن وجود نداشته باشد. می توان به کمک برنامه دوازده قدمی انجمن معتادان گمنام و یاری معتادان در حال بهبودی، بر میل به مصرف مواد غلبه کرد.

اعتیاد بیماری است که هر کس می تواند دچار آن شود. بعضی از ما برای لذت بردن و بعضی برای سرکوب احساساتی که از قبل داشتیم، مواد مصرف می کردیم. عده ای دیگر از ما از سایر بیماری های جسمی و روانی رنج می بردیم و به داروهای تجویز شده در طول بیماری مان معتاد شدیم. بعضی از ما از سر رفتن، چند باری به جمع مصرف کنندگان مواد مواد ملحق شده و بعدها فهمیدیم که نمی توانیم مصرف مان را قطع کنیم. بسیاری از ما سعی کردیم که بر اعتیادمان فائق شویم و بعضی اوقات هم رهایی موقت ممکن می شد ولی معمولاً به دنبال آن درگیر مصرفی بیش از پیش می شدیم.

شرایط هر چه که بود، مهم نیست. اعتیاد یک بیماری پیش رونده مانند دیابت است. ما به مواد مخدر حساسیت داریم. پایان راه ما همیشه مشابه است: زندان، بیمارستان و مرگ. اگر زندگی تان غیر قابل اداره شده و شما نمی خواهید مجبور به مصرف مواد باشید، ما یک راه یافته ایم و آن دوازده قدم انجمن معتادان گمنام است که استفاده روزانه از آن ها به ما کمک می کنند تا بر بیماری خود غلبه کنیم:

- 1- ما اقرار کردیم که در برابر اعتیادمان عاجز بودیم و زندگی مان غیر قابل اداره شده بود.
- 2- ما به این باور رسیدیم که یک نیروی برتر می تواند سلامت عقل را به ما بازگرداند.
- 3- ما تصمیم گرفتیم که اراده و زندگی مان را به مراقبت خداوند، بدان گونه که او را درک می کردیم، بسپاریم.
- 4- ما یک ترازنامه اخلاقی بی باکانه و جستجو گرانه از خود تهیه کردیم.
- 5- ما چگونگی دقیق خطا هایمان را به خداوند، به خود و یک انسان دیگر اقرار کردیم.
- 6- ما آمادگی کامل پیدا کردیم که خداوند کلیه نواقص شخصیتی ما را بر طرف کند.
- 7- ما با فروتنی از او خواستیم کمبودهای اخلاقی ما را برطرف کند.
- 8- ما فهرستی از تمام کسانی که به آن ها صدمه زده بودیم تهیه کردیم و خواستار جبران خسارت از تمام آن ها شدیم.
- 9- ما بطور مستقیم در هر جا که امکان داشت از این افراد جبران خسارت کردیم، مگر در مواردی که اجرای این امر به ایشان و یا دیگران لطمه بزند.
- 10- ما به تهیه ترازنامه شخصی خود ادامه دادیم و هر گاه در اشتباه بودیم سریعاً به آن اقرار کردیم.
- 11- ما از راه دعا و مراقبه خواهان ارتقاء رابطه آگاهانه خود با خداوند، بدان گونه که او را درک می کردیم شده و فقط جویای آگاهی از اراده او برای خود و قدرت اجرایش شدیم.
- 12- با بیداری روحانی حاصل از برداشتن این قدم ها، ما کوشیدیم این پیام را به معتادان برسانیم و این اصول را در تمام امور زندگی خود به اجرا در آوریم.

