

پیا می در راه



اکتبر ۲۰۲۴ - (مهر - آبان ۱۴۰۳)



”NA پلی است به سوی
زندگی و راهی است که می‌توانیم
تمام زندگی مان در آن قدم برداریم
هدیه آن آزادی است.“

پاک زیستن، فصل ۱، ”پاک زیستن“

- ۲..... خوش آمدید
- ۳..... از پشت دیوارها
- ۷..... انتقال
- ۸ از خارج
- ۱۲ فرم سفارش

از طرف سردبیر

ما به همه شما به پیامی در راه، خبرنامه خدمات جهانی NA خوش آمد می‌گوئیم. ما امیدواریم که محتویات این خبرنامه به شما در بهبودی تان یا کوشش‌های شما در H&I کمک کند. پیامی در راه دارای سه بخش می‌باشد. بخش اول، "از پشت دیوارها" که پُر است از نامه‌های معنادران زندانی، که تجربیات، نیرو، و امیدشان را در طی بهبودی یافتن از اعتیاد و حفظ بهبودی از طریق NA به مشارکت می‌گذارند. بخش دوم، "از بیرون"، فرصتی است برای کمیته‌های فرعی بیمارستان‌ها و زندان‌ها تا تجربیات به دست آمده خودشان را که از طریق رساندن پیام بهبودی NA به معنادرانی که نمی‌توانند در جلسات عادی شرکت کنند را ارائه دهند. همچنین شاید شما تجربه شخصی اعضایی را ببابید که پیام NA را در داخل شنیدند و الان در بیرون زندگی می‌کنند و از زندگی لذت می‌برند.

بخش سوم و جدیدترین بخش "انتقال از داخل به خارج"، که ارائه‌دهنده مشارکت اعضایی است که راجع به انتقال موفقیت آمیز خود از مرکز درمان، بیمارستان، یا زندان به بیرون است.

ما اعضاء و کمیته‌های فرعی H&I را تشویق می‌کنیم تا برای اشتراک در پیامی در راه درخواست خود را ارسال کنند. لطفاً در نظر داشته باشید به احتمال زیاد ما مقالاتی را منتشر می‌کنیم که تمرکز بر این دارد که NA چگونه توانسته به بهبودی یک فرد در حبس کمک کند تا آن مقالاتی که بر وحشت مصرف مواد مخدر تمرکز دارد. تمام درخواست‌های اشتراک در پیامی در راه را به؛ Van ۹۹۹ NAWS, PO Box ; USA, ۹۱۴۰۹-۹۹۹۹ Nuys, CA یا به fsmail@na.org ارسال کنید.

دست به کار شوید و برای به انجام رساندن هدف اصلی انجمن مان به ما کمک کنید!!

مهلت تعیین شده انتشار مان به قرار زیر است:

مهلت	شماره
۲۴ مهر ۱۴۰۳	دی ۱۴۰۳
۲۶ دی ۱۴۰۲	فروردین ۱
۲۶ فروردین ۱۴۰۴	تیر ۱۴۰۴

و نهایتاً، آیا می‌دانستید که اشتراک الکترونیکی پیامی در راه مجانی است؟ شماره‌های جدید چهار بار در سال به شما ایمیل می‌شود. برای ثبت نام، از سایت www.na.org/reachingout بازدید کنید.

از پشت دیوارها

پیامی در راه عزیز،

من بالاخره سر از زندان در آوردم. این اولین محکومیت است اما نه اولین بار. بیشتر از نصف زندگی ام خودخواه بوده ام: نسبت به مادر، خانواده و همه دوستانم. همه آنها رفته اند.

من یک معتاد هستم و هر روز مصرف کرده ام. زندگی ام مرا از طریق آزمون ها و از دست دادن های بسیاری با خود همراه کرد و این فقط مرا به درجات بالاتر اعتیاد رساند. بچه ها و همه چیزم از دست رفته است.

اما در این روز، من زنده‌ام. من سعی می‌کنم از پشت دیوارها نگاه دیگری داشته باشم. من می‌گویم دارم سعی می‌کنم چون تنها جایی که می‌توانستم کمک بگیرم از NA بود. پس از آزادی مشتاقانه منتظر هستم به جلسات بروم. تا آن زمان من از منابع و نیروی برترم استفاده می‌کنم. من در حال کار کردن دوازده قدم هستم و از NA برای نشان دادن نگاهی دیگر به خودم و زندگی‌ام ممنونم.

کی ام، کالیفرنیا، آمریکا

پیامی در راه عزیز،

من در حال حاضر اینجا در پنسیلوانیا در یک برنامه دولتی درمانی مواد مخدر زندانی هستم. من به زودی برای رفتن به کمپ بازپروری برای مدت ۶۰ روز آزاد خواهم شد تا بعد به خانه بروم.

در طی مدتی که در این برنامه بوده‌ام در بهبودی ام پیشرفت کرده‌ام و توانستم تجربه، نیرو، و امیدم را با سایر خانم ها نیز به مشارکت بگذارم. من گردانندگی جلسات NA را بر عهده داشتم، نشریات پخش می‌کردم و به دیگران امید می‌دادم. من در حال حاضر سه سال و نه ماه پاکی را جشن می‌گیرم. هیچ چیز مثل پاک بودن نیست—من عاشقش هستم. NA به من نشان داد دوباره چگونه زندگی کنم، با ذهنی روشن فکر کنم، و تصمیمات منطقی بگیرم.

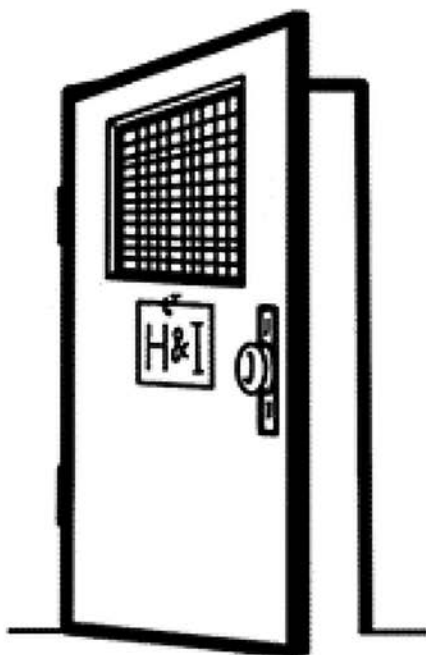
هیچ چیز مثل پاک بودن نیست—من عاشقش هستم. NA به من نشان داد دوباره چگونه زندگی کنم، با ذهنی روشن فکر کنم، و تصمیمات منطقی بگیرم.

چیزی وجود ندارد که بخواهم با پاک بودن عوض کنم. چنانکه به خانم ها می گویم، "شما هرگز دوباره مجبور به مصرف نیستید." من فقط بسیار سپاسگزارم که در زمانی که در زندان بودم مشترک خبرنگار شما شدم. به خودم گفتم می نویسم به امید این که حداقل یکی از داستان های من چاپ شود. من بار دیگر وقتی که خارج زندان هستم برای H&I دوباره خواهم نوشت.

برای من، به اشتراک گذاشتن تجربه ام در اولین حبس من این است که؛ من دویدم و به گروه ها و جلسات NA پیوستم. من می بایست "وصل باشم تا مصون بمانم."

NA روش جدید زندگی من است. برایم شادی به ارمغان می آورد. من هر روز چشم انتظارش هستم. اولین کاری که پس از آزادی می روم تا انجام دهم آن است که به جلسه گروه خانگی بروم. آن جایی است که به آن تعلق دارم.

جی کیو، پنسیلوانیا، آمریکا



AZ H&I



پیامی در راه عزیز،

من در پنج سال و چهار ماه گذشته در بهبودی بوده‌ام. من سابقه طولانی در سوءمصرف مواد مخدر دارم. از ۱۳ سالگی برای سرپوش گذاشتن بر درد ناشی از تجاوز در کودکی از مواد مخدر استفاده کردم. برای ۲۷ سال من خود را در چرخه اعتیاد به زنجیر کشیدم. من با این واقعیت مشکلی نداشتم که زندگی ام را صرف یک چیز کردم، که نشئه شوم.

امروز، من قادرم به ایمان خود تکیه کنم و با کمک جامعه معتادان در حال بهبودی در این سازمان، می‌توانم از مصرف هرگونه مواد مخدر پرهیز کنم. از طریق قدم‌های دوازده گانه، راهنمایم، و این فصلنامه خبری، توانستم پاک‌ی و رشد خود را حفظ کنم.

من سال‌های زیادی را در اعتیاد به هدر دادم، و با وجود این که در یک زندان فیزیکی حبس هستم، از سال‌های رهایی که زندگی کردم هیچان زده‌ام. شما، نیز، می‌توانید این آزادی را که با پاک بودن به وجود می‌آید داشته باشید. ما رها می‌کنیم و می‌گذاریم خداوند رهبر ما باشد. خدا کند که التیام خود را بیابید و به یاد داشته باش که تو تنها نیستی.

آرچی، کالیفرنیا، آمریکا

بسیاری از اعضا NA، گروه‌ها، و جوامع طرح‌های هنری بهبودی-محور طراحی می‌کنند. ما اعتقاد داریم که رساندن پیام بهبودی NA یک کار خلاقانه است، و تصاویر پیام بسیار قوی از راهایی را که ما می‌توانیم در NA پیدا کنیم، ارائه می‌دهند. اگر شما مایلید که هنر خود را در اینجا چاپ شده ببینید، لطفاً فایل‌های jpeg یا pdf آنها را به آدرس HandI@na.org، ایمیل کنید و یا به آدرس پست دیوارها؛
 c/o NA World Services; PO Box 9999; Van Nuys, CA 91409
 پست کنید.



هنر زندانی گمنام

انتقال از درون به بیرون

پیامی در راه عزیز،

سلام، اسم من ایی اس است، و من مایلیم تجربه، نیرو، و امیدم را با شما در میان بگذارم.

من از سال ۱۹۹۳ (۱۳۷۲) با NA آشنا هستم. بعد از چهار دوره بازپروری و ماندن در زندان شهرستان در سال ۱۹۹۷، توانستم به مدت شش سال پاک بمانم. من از برنامه و انجمن دور شدم، من از تعهداتم دست کشیدم و شروع کردم با اراده خودم گذرانیدن. من فقط روی کار و خانواده تمرکز کردم اما شروع به مصرف مواد کردم.

این من را یک راست به دستبند رساند. من یک بار دیگر مت اقامت امین گیر آوردم و چهار بار پشت سر هم زندانی شدم. در نهایت سر از قرنطینه فدرال در آوردم و با یک حبس آبرودار روبرو شدم. شروع کردم به دعا کردن. من هشت بچه و دو نوه داشتم و پدری ۸۰ ساله که شاید دیگر هرگز او را نبینم. به لطف نیروی برترم و سیستم دادگاه فدرال، من به یک خانه بهبودی وصل شدم و به انجمن NA برگشتم.

امروز، من کاملاً پذیرفته و اقرار کرده‌ام که زندگی ام بطور کامل غیرقابل اداره است و در برابر آن عاجز هستم. من حالا می‌دانم که برای موفق بودن در این زندگی باید همه چیز را تغییر دهم.

ایی اس، کالیفرنیا، آمریکا



H&I آفریقای جنوبی

پیامی در راه عزیز،

بعضی اوقات در انعکاس سکوت خاطرات طنین انداز می‌شوند و زنده می‌گردند. بیشتر اوقات وقتی به گذشته نگاه می‌کنم، به شکرانه مردان و زنان NA می‌ایستم. مخصوصاً برای شخصی از دفتر خدمات جهانی که وقتی من در انفرادی بودم برایم کتاب پایه فرستاد و سید سی از کانزاس سیتی کسی که در طی زمانی که در حبس بودم بسیار شیوا درباره خدا و بهبودی (می)نوشت. این اعمال مهربانانه به من کمک کرد تا انسانیت خود را پیدا کنم و بیداری قلبی را آغاز کنم.

من به بند عمومی بازگردانده شدم، جایی که H&I وارد بازی شد. هر چهارشنبه، جیمی اچ با کفش های کتانی خود با بلندگوهای H&I ظاهر می‌شد کسی که پیام امید و وعده آزادی را می‌رساند. آنها از روال زندگی روحانی‌ای که از طریق دوازده قدم و شرکت فعال در NA به آنها داده شده بود صحبت کردند. مرا با عفو مشروط در ناحیه ریو گراند NA آزاد کردند. زندگی خیلی زود خوب شد، با این حال، نهایتاً با ناراحتی من از وضع موجود، دوباره مواد مخدر مصرف کردم چون اولویت‌های دیگری را برای بهبودیم قرار دادم. قدرت عشق انجمن NA یک بار دیگر من را از اتاقی که در آن داشتم می‌مردم نجات داد. آن اتاقی که بسیاری از ما، با یک نوشیدنی بیشتر، یک دود بیشتر، یک تزریق بیشتر در آن در تنهایی می‌مریم.

هشتم ژوئن ۲۰۱۳، به جلسات برگشتم. راهنمای مرحوم من شانون ال. در آن روز بارانی در حین نوشیدن یک فنجان قهوه در مورد گمنامی، ”از خودگذشتگی،“ و کارکردن قدم‌ها با من صحبت کرد. از این زاویه و رها کردن همه چیزهایی که راجع به آن کس که فکر می‌کردم من هستم می‌پنداشتم، و تبدیل شدن به بخشی از NA، تسلیم بخشی از چیزی برتر از از خودم شدم. او مرا مکلف کرد به خواندن هر روزه نقل قولی از جیمی کی: ”هرگز فراموش نکنیم که من و تو از طریق مریضی، از طریق رنج و از طریق بیماری، استعداد کمک به انسان های دیگری مانند خودمان به ما داده شده است. هرگز فراموش نکنیم که آن را داریم و در مقابل دیگران مسؤولیم.“

من از سال ۲۰۱۳ در سطح گروه، ناحیه، و منطقه در H&I و PR خدمت کرده ام؛ من این پیام نجات بخش زندگی را به زندان‌ها، بازداشتگاه‌ها، مراکز درمانی، گرمخانه‌های بی‌خانمان‌ها رسانده‌ام، "که هیچ معتادی که به دنبال بهبودی است، لازم نباشد از وحشت درد اعتیاد بپسندد."

سی اف، گلرادو، آمریکا



CIRCNA XVIII

فراخوان تمام اعضای H&I!

لطفاً داستان خود را به خبرنامه فصلی NA پیامی در راه ارسال کنید. ما به دنبال معذبان در حل بهبودی مانند شما هستیم، تا تجربه شان را از یافتن بهبودی پشت دیوارها و حفظ آن در بیرون به مشارکت بگذارند. داستان شما حامل پیامی قدرتمند از امید برای معتاد زندانی است! تشکر از شما.

لطفاً داستان خود را بفرستید به:

Narcotics Anonymous World Services;

PO Box 9999; Van Nuys, CA 91409,

یا به HandI@na.org.



بخش
جدید

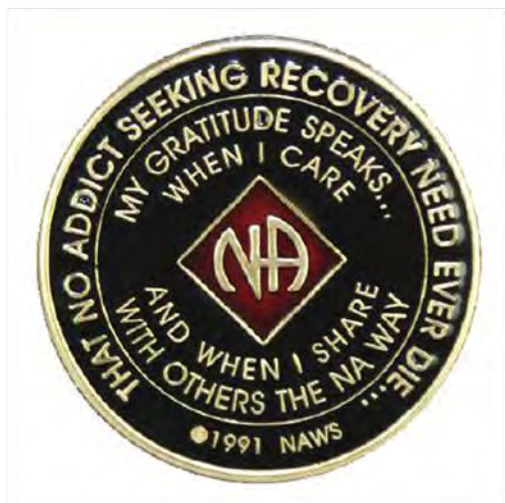
انتقال از درون به بیرون

چه از مرکز درمانی، بازداشتگاه، زندان، بیمارستان، یا سازمان دیگری، آزاد شده باشید، شما از "درون به بیرون" منتقل شده اید تا راه از مواد مخدر، عضو سازمان اجتماع باشید. ما فکر می کنیم تجربه شما ممکن است برای دیگران وقتی در آستانه انتقال هستند ارزشمند باشد.

ما سوالاتی برای کمک به تحریک افکار شما ارائه می دهیم تا شاید شما بخواهید تجربه خود را با ما به اشتراک بگذارید؛ ما مقاله شما را در پیامی در راه جهت کمک به دیگران ویرایش و زیبا سازی خواهیم کرد.

- ۱ - در اولین روز آزادی تان چه کردید؟
- ۲ - چه گام هایی بر ای کمک به بهبودی خودتان در جامعه برداشتید؟ آیا فکر می کنید گام های انتقال برای معتادانی که ۳۰ روز است آزاد شده اند با معتادانی که بعد از ده سال آزاد می شوند یکسان است؟
- ۳ - بعضی از چالش هایی که در بازگشت به جامعه با آنها روبرو شدید چه بودند؟
- ۴ - NA چگونه با ارائه اطلاعات به شما کمک کرد تا پس از آزادی بتوانید در یک جلسه شرکت کنید؟
- ۵ - فکر می کنید NA چگونه می توانست به شما در انتقال تان بهتر کمک کند، و آیا هیچ پیشنهادی جهت ارائه دارید که کمک کند تا NA بتواند بهتر به دیگران هنگام انتقال کمک کند؟

ما مشتاقانه منتظر خواندن تجربیات شما و ارائه این اطلاعات به دیگران هستیم. برای کمک به ما در یاری به دیگران در انتقال شان متشکریم.



"وقتی ما به آخر خط می رسیم و درک می کنیم که چه با موّاد مخدر و چه بدون آن، نمی توانیم مانند یک انسان زندگی کنیم، همگی با یک مسئله بغرنج روبرو هستیم. آیا کار دیگری مانده است که انجام نداده باشیم؟ این طور به نظر می رسد که دو راه بیشتر نباشد، ما یا می توانیم از سریع ترین راه ممکن روانه عاقبت تلخ خود یعنی—زندان، بیمارستان یا مرگ شویم—و یا راه تازه ای برای زندگی پیدا کنیم. در گذشته، تعداد بسیار کمی از معتادان شانس پیدا کردن راه دوّم را داشته اند، اما معتادان امروز خوشبخت تر هستند. برای اولین بار در تاریخ بشر راه ساده ای برای معتادان پیدا شده که تأثیر آن در زندگی بسیاری از آن ها به اثبات رسیده است و در دسترس همه قرار دارد. این برنامه، یک برنامه روحانی ساده و غیر مذهبی، به نام انجمن معتادان گمنام است."

معتادان گمنام، "ما بهبود پیدا می کنیم"

فرم سفارش

پیامی در راه یک فصلنامه است، خبرنامه بهبودی-محور که توسط خدمات جهانی NA تهیه و به رایگان در دسترس معتادان زندانی قرار داده شده است. اگر شما برای حداقل شش ماه بیشتر حبس خواهید شد و مایلید یک اشتراک رایگان از پیامی در راه داشته باشید، فرم زیر پر کرده و ارسال کنید.

پیامی در راه همچنین به شکل آماده-چاپ، برای
دانلود رایگان در www.na.org/reachingout قرار دارد.

پیامی در راه همچنین در دسته های ۲۰-تایی اشتراک به مبلغ سالانه ۳۸/۰۵ موجود است. اگر شما علاقه مند به خرید اشتراک یک دسته هستید، لطفاً فرم زیر را پر کرده و به همراه چک یا تراول چک ارسال کنید.

- من یک معتاد زندانی هستم (و حداقل برای شش ماه دیگر هم زندانی خواهم بود)
و یک اشتراک رایگان برای پیامی در راه می خواهم.
- من خواهان خرید _____ اشتراک دسته ۲۰-تایی پیامی در راه به مبلغ هر کدام ۳۸٫۰۵ ، مجموعاً _____ هستم.

نام _____

شماره شناسایی _____

آدرس _____

شهر _____ استان _____

کشور _____ کد پستی _____

Reaching Out

c/o NA World Services, Inc. © PO Box 9999 © Van Nuys, CA 91409 © USA

زندانیان توجّه

اگر شما در حال جا به جایی هستید و آدرس پستی شما در حین دوره حبس تغییر می کند، لطفاً آدرس جدید خود را با ما به روز کنید تا ما بتوانیم اشتراک پیامی در راه شما را نگه داریم/حفظ کنیم.