

THE NAWay MAGAZINE[®]

THE INTERNATIONAL JOURNAL OF NARCOTICS ANONYMOUS



راه NA

اکتبر ۲۰۰۸ (مهر ماه ۱۳۸۷)

سال بیست و پنجم

شماره چهارم

معرفی می‌کنیم... ویراست ششم کتاب پایه



مطالب برگزیده راه NA:

۱۹۹۸-۲۰۰۸

سی و سومین همایش جهانی NA

پیش ثبت نام

پاک زیستن

سفری بی پایان

یادداشت سردبیر

اولین چاپ کتاب پایه در ۱۹۸۳ منتشر شد، هنگامی که ما فقط حدود ۳۰۰۰ جلسه هفتگی NA داشتیم (که بیش ترشان هم در آمریکا تشکیل می شد). در حال حاضر، هر هفته بیش از ۵۰۰۰ جلسه در بیش از ۱۳۰ کشور تشکیل می شود؛ و این نشان می دهد که اعتیاد «سن و سال، نژاد، جنسیت، مذهب و غیره» نمی شناسد، و هر معتادی می تواند بهبودی را در NA جست و جو کند. اکنون پس از سال ها کار، از جمله بحث و تبادل نظر و دریافت پیشنهادهای و نظرها از سراسر جهان، ویراست ششم کتاب پایه به اتمام رسیده است. متن این کتاب از بیست سال پیش تاکنون هیچ تغییری نکرده بود و ویژگی برجسته این ویراست، همین تغییرات است. ویراست ششم در ساعت ۱۹ و ۲۶ دقیقه ۲۹ آوریل، بدون هیچ رأی مخالفی در مجمع خدمات جهانی ۲۰۰۸ به تصویب رسید و سپس شرکت کنندگان به پا خاستند و با دست زدن طولانی ابراز شادمانی کردند. این ویراست حقیقتاً یک کتاب پایه فراملیتی است و گستردگی و قدرت انجمن جهانی ما، معتادان گمنام، را نشان می دهد.

در ۱۹۸۷، کتاب پایه ای به دست من رسید که یکی از شرکت کنندگان در جلسه آموزشی اطلاع رسانی در راکفورد ایلینویز آن را امضا کرده بود. من پس از مدتی این کتاب را به یکی از رهجوهایم دادم که کتاب پایه نداشت. وقتی از شهری که در آن پاک شده بودم و پدر و مادر و رهجویم در آن زندگی می کردند رفتم، مدتی بعد مادرم پرسید فکر می کنم ممکن است NA به درد او هم بخورد یا نه. با هم حرف زدیم و من از رهجویم خواهش کردم به دیدن مادرم برود؛ و بعد از آن دیدار بود که آن کتاب پایه کذابی به مادرم رسید. حالا تصور کنید که پنج سال بعد، وقتی برای خاک سپاری مادرم به شهرم برگشتم و آن کتاب پایه را در وسایلش دیدم، چه احساس غریبی به من دست داد. این کتاب، هنوز توی کتابخانه من است... درست کنار ویراست تازه از چاپ درآمد ششم.

دی جی، سردبیر

روی جلد: ویراست ششم کتاب پایه و چاپ نفیس آن به مناسبت بیست و پنجمین سالگرد انتشار. برای اطلاعات بیش تر در مورد خلاصه ای از روند تهیه ویراست ششم، به گزارش صورت جلسات مجمع ۲۰۰۸ در www.na.org/conference/2008toc.htm مراجعه کنید.

فهرست

سی و سومین همایش جهانی NA	سخن
۱۱ ● اطلاعات و ثبت نام	● مطالب برگزیده راه NA: از ۱۹۹۸ تا ۲۰۰۸
۱۹ ● سخنران / ارزیاب	طنز
۲۴ ● فراخوان داوطلب	● گروه خانگی
۱۷ طرح کتاب □ پاک زیستن □	مشارکت
۲۰ ● آیا می دانستید؟	● NA خانه ماست... از پیر گرفته تا جوان
۲۲ ● اخبار روابط عمومی	● جیمی کی چه کسی بود؟
۲۱ ● هدف اصلی	● فقط نازک نارنجی ها حق دارند گریه کنند
۲۳ ● تقویم	● جواب سریع
۲۵ ● محصولات جدید	● هر چه بادا باد
	● هشتاد و چهار روز
	● به تصویر در آورید

مجله راه NA از نامه های تمامی خوانندگان استقبال می کند. شما می توانید در پاسخ به هر یک از مقالات چاپ شده در راه NA، یا فقط برای طرح دیدگاهتان در مورد یک مسئله مورد توجه در انجمن NA به سردبیر نامه بنویسید. مطالب نباید بیش از ۲۵۰ کلمه باشند، و حق ویرایش آن ها برای مجله محفوظ است. هر نامه ای 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 زبان های آلمانی، اسپانیایی، انگلیسی، پرتغالی، فارسی، و فرانسه منتشر می شود، به اعضای انجمن معتادان گمنام تعلق دارد. بنابراین، هدف آن فراهم آوردن اطلاعات مربوط به بهبودی و خدمت، و نیز سرگرمی های مرتبط با بهبودی برای اعضاست، و به مباحث و وقایع جاری مربوط به تک تک اعضای ما در سراسر جهان می پردازد. در راستای این هدف، هیأت تحریریه خود را ملزم به تهیه مجله ای می دانند که پذیرای 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 مهم تر، این نشریه ای است در بزرگداشت پیام بهبودی ما: «که یک معتاد، هر معتادی، می تواند مصرف مواد را ترک کند، از میل شدید به مصرف خلاصی یابد، و راه و رسم جدیدی برای زندگی کردن پیدا کند».



نشریه بین المللی

انجمن

معتادان گمنام

سردبیر

دی جنکینز

ویراستار

دیوید فالك

هماهنگی تولید

فاتیا بیرالت

هیئت مشاور تحریریه

ماک اچ - دی، گیل دی، کیت ان، مارک جی،
ردمر وای، استفانی وی

World Service

PO Box 9999

Van Nuys, CA 91409

Telephone: (818) 773-

Fax: (818) 700-0700

مجله راه NA از مشارکت خوانندگان خود استقبال می کند. از شما دعوت می شود تا در فصل نامه بین المللی ما تجربه خود را با انجمن NA در میان بگذارید. تجربه تان را از بهبودی، دیدگاه های تان را در مورد مسائل NA، و مطالب مهم را برای ما بفرستید. تمام مطالب رسیده مایملک خدمات جهانی انجمن معتادان گمنام (شرکت ثبت شده) تلقی خواهد شد. نشانی پستی بخش های اشتراک، تحریریه، و 9099-PO Box 9999.

مجله راه NA منعکس کننده تجربیات و نظرات فردی اعضای انجمن معتادان گمنام است. نظرات ارائه شده نباید به کل انجمن معتادان گمنام نسبت داده شود. همچنین چاپ هیچ یک از مقالات به معنای تأیید آن از سوی انجمن معتادان گمنام، مجله راه NA، یا شرکت خدمات جهانی انجمن معتادان گمنام نیست. اگر مایل به دریافت اشتراک رایگان مجله راه NA هستید، لطفاً به نشانی زیر یا پست الکترونیکی naway@9099 مکتبه کنید.

مجله راه NA (The NA Way Magazine, ISSN 1046-5421)، راه NA (The NA Way) و معتادان گمنام (Narcotics Anonymous)، نام های ثبت شده تجاری شرکت خدمات جهانی انجمن معتادان گمنام هستند. مجله راه NA، به صورت فصل نامه توسط شرکت خدمات جهانی معتادان گمنام به نشانی 91311 Northhoff Place, Chatsworth, 19737 منتشر می شود. مخارج پستی نشریه در ساناتا کلاریتا در کالیفرنیا، و به صورت موارد ثبت شده اضافی پرداخت می شود.

محل اصلی ارسال نامه (POSTMASTER): لطفاً تغییرات مربوط به نشانی را به این آدرس براساس مجله راه NA ارسال کنید: The NA Way Magazine, PO Box 9999, Van Nuys, CA 91409-9099.



مطالب برگزیده راه NA

۱۹۹۸-۲۰۰۸

مطالب این شماره مجله راه NA، نوعی مرور خاطرات است. اولین شماره راه NA در ۱۹۸۲ به صورت ماهانه و در قطعی کوچک تر (تقریباً وزیری) منتشر شد. در آن زمان راه NA فقط به انگلیسی چاپ می شد و اشتراک آن پولی بود - در ابتدا سالی دوازده دلار، که در عرض پانزده سال فقط سه دلار افزایش پیدا کرد و در نهایت به سالی ۱۵ دلار رسید. در ۱۹۹۸، این نشریه به شکل فعلی درآمد و به فصل نامه ای رایگان تبدیل شد که به آلمانی، اسپانیایی، انگلیسی، پرتغالی و فرانسه چاپ می شد. از سال ۲۰۰۶ به بعد، راه NA به فارسی نیز ترجمه می شود. وقتی قرار شد راه NA به صورت فعلی و رایگان منتشر شود، خدمات جهانی NA هزینه آن را (که برای حدود ۲۶۰۰۰ خواننده پست می شد) تقریباً سالی ۸۵۰۰۰ دلار برآورد کرد. در حال حاضر، تعداد مشترکانی که راه NA را با پست دریافت می کنند بیش از دو برابر شده و هزینه های این نشریه به سالی حدود ۲۰۰۰۰۰ دلار رسیده است. بیش از ۸۰۰۰ نفر از مشترکان نیز این مجله را از طریق اینترنت دریافت می کنند که این باعث صرفه جویی در هزینه تولید و پست، و ارائه مجله در قالبی امروزی تر می شود.

بر اثر تغییرهایی که در اواخر دهه ۱۹۹۰ در قالب مجله ایجاد شد، راه NA از جزوه ای کوچک به شکلی بزرگ تر و امروزی تر درآمد. علاوه بر آن، وظیفه ارائه اطلاعات خدماتی گسترده تری را بر عهده گرفت که پیش از آن در نشریه خبری، خبرنامه مجمع، خبرنامه اطلاع رسانی و خبرنامه H&I چاپ می شد. همین گستردگی باعث شد خدمات جهانی NA بتواند اطلاعات بیش تری در مورد فعالیت های خدماتی در اختیار اعضای NA و نیز کمیته های خدماتی و گروه هایی بگذارد که در پی تجربیات دوستان شان هستند. هدف ما در تمام این سال ها این بوده که مطالبی درخور و مفید به خوانندگان مان ارائه دهیم.

اما آن چه همواره در این مجله ثابت مانده، آرمان کمک به انتقال پیام بهبودی است. به همین جهت، در این شماره گزیده ای از مطالب ده سال اخیر را آورده ایم؛ البته به همراه بعضی از مهم ترین خبرهای جدید، از جمله انتشار ویراست ششم کتاب پایه، مطالبی مربوط به سی و سومین همایش جهانی NA، تازه های روابط عمومی، و غیره. امیدواریم این مرور خاطرات مورد پسند شما واقع شود، و در شما نیز شوق نوشتن - و فرستادنش برای مجله راه NA - را برانگیزد؛ چه در مورد تاریخچه انجمن کشورتان، و چه در مورد سیر و سلوک خودتان در دوران بهبودی. زیرا هم چنان که در آخرین شماره سال ۱۹۹۷ آمده: «مجله راه NA متعلق به شما اعضای NA است. ما مشتاقیم که شما این مجله را بخوانید و برایش بنویسید... ما همیشه چشم انتظار مطالب شما خواهیم بود.»

مجله راه NA نشریه ای است خدماتی برای اعضای NA در سراسر جهان. در این نشریه علاوه بر گزارش های معمول از خدمات جهانی، مطالب بسیار متنوعی چاپ می شود؛ از تجربه های شخصی و دیدگاه های اعضا در مورد مطالب مطرح در کل انجمن گرفته تا قطعات طنز و نوشته های خاطره انگیز درباره تجربه های دوران بهبودی. ما طالب نوعی روحیه اتحاد و احترام متقابل هستیم و از اختلاف نظر ابایی نداریم، مشروط بر این که حاصل آن چاره اندیشی های سازنده باشد. راه NA به آلمانی، اسپانیایی، انگلیسی، پرتغالی و فرانسه چاپ می شود و مطالبی برای چاپ پذیرفته می شود که به یکی از این زبان ها باشد.

ژانویه ۱۹۹۸

گذشت زمان همه چیز و همه کس را تغییر می‌دهد، نه؟ در شماره اکتبر ۱۹۹۷، راه NA شخصیت‌های کاریکاتوری «گروه خانگی» را معرفی کرد. بعدها، در ژانویه ۲۰۰۱، کاریکاتورهای گروه خانگی شکل کاملاً متفاوتی پیدا کرد چون از شخصیت‌های کاملاً متفاوتی برای به تصویر درآوردن جروبحث‌ها و گاف‌های دوران بهبودی استفاده می‌شد.

گروه خانگی

کاریکاتورهای «گروه خانگی» از حدود نه سال پیش تاکنون یکی از بخش‌های ثابت راه NA بوده، ولی خوب می‌دانیم که خیلی از شما، ما را نمی‌شناسید... بنابراین دوست داریم به روال دیرینه جلسات NA بلند شویم و خودمان را معرفی کنیم تا ما را بهتر بشناسید.



گروه خانگی



NA خانه ماست ...

از پیر گرفته تا جوان!

آیا «جوان» بودن در NA معنایی دارد؟ آیا واقعاً سن و سال فرقی می‌کند؟ مگر نه این که بهبودی یعنی ایجاد نوعی حال و هوای هم‌دلی، نه احساس جدافتادگی؟ تقریباً همه معتادهایی که وارد NA می‌شوند، اول بیش‌تر به تفاوت‌ها توجه می‌کنند. بیماری ما این تفاوت‌ها را برجسته می‌کند، آن‌ها را مهم جلوه می‌دهد، و گاهی باعث می‌شود بر همین مبنا تصمیم بگیریم که در NA بمانیم یا نه. این مطلب را ما سه نفر در مورد تفاوت‌هایی نوشته‌ایم که بین جوان‌های کم‌سن و سال وجود دارد. ما اصلاً خیال نمی‌کنیم که نوشته ما دربردارنده همه تجربه‌ها در این مورد است، یا حرف‌هایمان در مورد همه معتادان جوان صدق می‌کند. قصد ما فقط این بوده که راهی را که هر یک طی کرده‌ایم، و تصمیم‌های متفاوتی را که گرفته‌ایم صادقانه در میان بگذاریم؛ همین طور کارهایی را که انجام داده‌ایم تا پاک بمانیم و معتادان گمنام را خانه خود بدانیم.

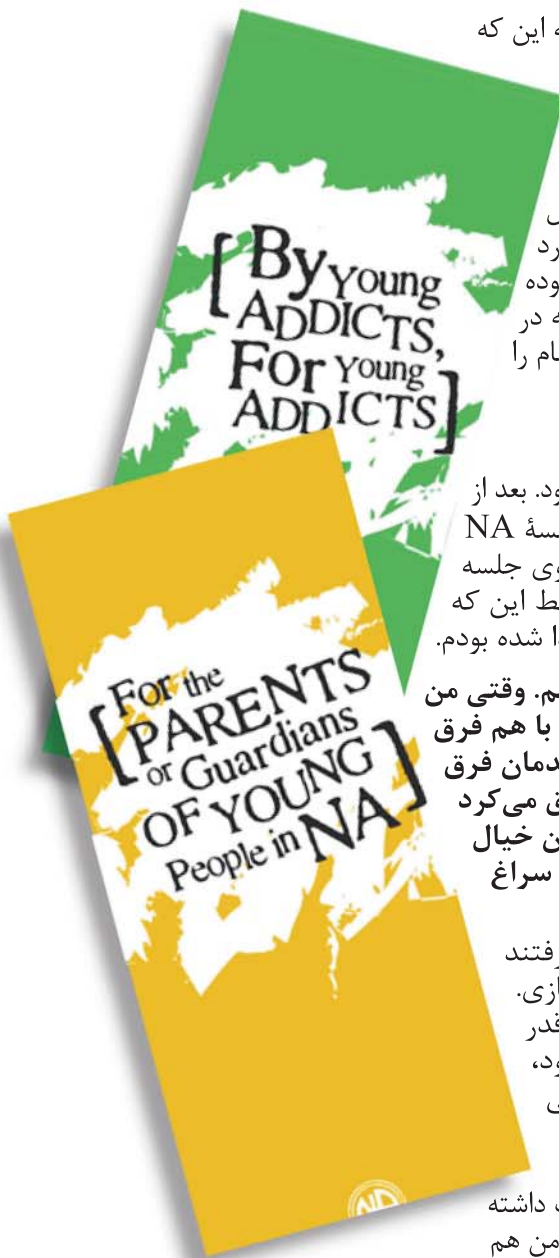
ورود به انجمن...

کری: اولین باری را که در جلسه شرکت کردم خوب یادم هست. انگار همین دیروز بود. بعد از سه روز یک‌بند خوابیدن، مرکز درمانی که در آن بستری بودم اجازه داد به یک جلسه NA بروم. خراب و منگ و خیس عرق بودم و اصلاً نمی‌دانستم چه اتفاقی قرار است توی جلسه بیفتد. فقط می‌دانستم که بیچاره و محتاجم. محتاج آسودگی، یا آرامش، یا فقط این که احساس کنم من هم جزو آدم‌ها این دنیا هستم، دنیایی که سال‌ها بود از آن جدا شده بودم.

تونی: من اصلاً دلم نمی‌خواست در NA جزو «آدم‌های کم‌سن و سال» باشم. وقتی من به NA آمدم فقط یک نفر در انجمن از من جوان‌تر بود. در ظاهر خیلی با هم فرق داشتیم - آهنگ‌هایی که گوش می‌کردیم فرق می‌کرد، طرز لباس پوشیدمان فرق می‌کرد، و شرایط خانوادگی‌مان متفاوت بود. خلاصه همه چیزمان با هم فرق می‌کرد - لااقل در ظاهر. منتها این چندان برای من مهم نبود، چون در هر حال من خیال نداشتم زیاد در انجمن بمانم. آمده بودم که حالم کمی بهتر بشود و برگردم سراغ همان «دوست‌های سابق».

کیم: من وقتی وارد NA شدم چند جوان دیگر هم عضو انجمن بودند. می‌رفتند مجلس رقص، با هم عشق می‌کردند، و می‌نشستند تا ساعت چهار صبح به ورق‌بازی. من اصولاً آدم سحرخیزی هستم. گذشته از این، وقتی وارد انجمن شدم آن قدر زخم‌خورده بودم که معاشرت و روابط اجتماعی برایم بدجوری اضطراب‌آور بود، مخصوصاً در جمع‌های بزرگ‌تر و با جنس مخالف. خنده‌دار است که من وقتی وارد انجمن شدم دوروبرم اعضای جوان‌تر کم نبودند، ولی من باز هم احساس تفاوت می‌کردم.

چاره‌ای نداشتم جز این که صبر کنم تا آدم‌هایی پیدا شوند که با هم علائق مشترک داشته باشیم. باید کشف می‌کردم می‌خواهم چه کار کنم. و مدام باید به خودم می‌گفتم که من هم در معتادان گمنام حتماً جایی برای خودم دارم.



جا افتادن در انجمن....

کری: وقتی پاک شدم فقط ۲۱ سالم بود، و می‌ترسیدم همه خیال کنند من برای معتاد بودن «زیادی جوان» هستم - و راستش بعضی از اعضا دقیقاً به همین چشم به من نگاه می‌کردند! هیچ کدام از این‌ها نه مرا می‌شناختند نه از سرگذشتم خبر داشتند.

اما جوان بودن معنی‌اش این نبود که من طعم زندگی و بدبختی‌هایش را به اندازه «بزرگ‌ترها» نچشیده‌ام. هیچ کدام از این آدم‌ها نمی‌دانستند که من سه سال تمام، وقتی فقط ۱۱ سالم بود، شاهد عذاب و مرگ تدریجی مادرم بر اثر سرطان بودم. نمی‌دانستند که اعضای خانواده همه مرا ترک کردند و من مجبور بودم خودم از خودم مراقبت کنم.

من هم مثل همه در این انجمن، تباهی‌های اعتیاد را تجربه کرده بودم. فقط بگذارید بگویم وقتی وارد NA شدم از نظر روحی و شرکسته و خراب بودم. نه عزت نفسی، نه تشخیصی، نه تفکری - شخصیتم را به کلی گم کرده بودم.

در مشارکت بعضی‌ها می‌شنیدم که ۳۰ سال تزریقی بوده‌اند و تازه بعد از آن ده سال هم متادون مصرف می‌کرده‌اند. خوب من هیچ‌وقت هروئین مصرف نکرده بودم، این بود که کم‌کم از خیلی از اعضا دوری کردم.

می‌شنیدم که بعضی‌ها می‌گویند: «من آن قدر مواد نفلّه کرده‌ام که تو به عمرت ندیده‌ای» و به این فکر افتادم که شاید بهتر است بروم و تا به کارتن‌خوابی و خودفروشی نفتاده‌ام و همه چیزم را از دست نداده‌ام، به NA برگردم - مثلاً بیست سال بعد.

به هر حال، شکر خدا من به این فکرها گوش ندادم! من به‌رغم تمام این به‌اصطلاح تفاوت‌ها، در انجمن ماندم و چیزی را که قرار بود بشنوم، شنیدم: پیام بهبودی.

کم‌کم با سایر جوانان معتاد در حال بهبودی دوست شدم، همین‌طور با معتادان مسن‌تری که در جوانی به انجمن آمده و مانده بودند. با آن‌ها بیرون می‌رفتم و قهوه و غذا می‌خوردم و خلاصه هر کاری می‌کردم تا ذهنم را از شیوه زندگی قبلی دور نگه دارم. تا بالاخره، کم‌کم احساس تعلق در من هم به‌وجود آمد.

تونی: من به پیشنهادهای برنامه عمل کردم - در ۹۰ روز به ۹۰ جلسه رفتم، راهنما گرفتم، و بنا کردم به کار کردن قدم‌ها.

خودم را چسباندم به برنامه - آن یکی عضو کم‌سن‌وسال هم همین‌طور. به اتفاق هم مشغول کارهای خدماتی شدیم. هر دو با «مسن»‌ترها بیرون می‌رفتیم و قهوه می‌خوردیم و هر کاری از دست‌مان برمی‌آمد می‌کردیم. وقتی تک و تنها بودیم و نمی‌توانستیم بعد از جلسه با دیگران باشیم سخت می‌گذشت؛ اما بیش‌تر اعضا ما را پذیرفتند و با ما گرم گرفتند - ما را به چشم معتادهایی دیدند که دنبال بهبودی هستیم، نه دو تا بچه.

اما در عمل، جا افتادن من به صورت یک «جوان» در حال بهبودی یکی دو سالی طول کشید، بیش‌تر به این دلیل که در این مدت خیلی از جوان‌هایی که توی خیابان‌ها ولو بودند وارد انجمن شدند. آن‌ها هم شاید همین مراحل را طی کردند، ولی برای آن‌ها احتمالاً ورود به انجمن و احساس نزدیکی با دیگران کمی راحت‌تر بود - چون حالا دیگر بودند کسانی که درست شبیه خودشان باشند.

توجه به تفاوت‌ها برای من خیلی راحت بود، ولی به تدریج یاد گرفتم که بیش‌تر به شباهت‌ها دقت کنم. حالا که مدتی از دوران بهبودی‌ام می‌گذرد، می‌فهمم هم‌دلی را در گوناگونی پیدا کردن یعنی چه.

کیم: بالاخره من در آن حوالی دو دختر دیگر هم پیدا کردم و بعد از آن همیشه با هم به جلسات می‌رفتیم. یکی‌شان سیزده‌ساله بود و دیگری پانزده‌ساله. من بیست سالم بود و می‌توانستم رانندگی کنم، این بود که هر شب می‌رفتم دنبال‌شان. شاید به دلیل علاقه مشترک‌مان به موسیقی پانک راک بود، یا دست‌وپاچلفتی بودن‌مان، یا این که هر سه دنبال این بهبودی‌ای بودیم که ما را به هم پیوند داده بود.

بعضی‌ها می‌گویند آدم‌هایی که بدبختی‌ها و خفت‌های دوران مصرف‌یادشان نمی‌رود، پاک می‌مانند. ما خیلی جوان بودیم، اما داغ اعتیاد فعال روی هر سه نفر ما مانده بود. از لغزش، و از این که مجبور بشویم کارهای زمان مصرف را تکرار

کنیم می‌ترسیدیم، این شد که چسبیدیم به هم‌دیگر.

بعد از جلسه با هم می‌رفتیم به دکه‌های اغذیه‌فروشی قدیمی و چیزی می‌خوردیم، می‌رفتیم سفر و در جلسه‌های شهرهای دیگر شرکت می‌کردیم، و با غذاهای ارزان‌قیمت شکم‌مان را سیر می‌کردیم. یک بار با فولکس‌واگن من تا واشینگتن رفتیم که به سخنرانی راهنمای من در یک همایش گوش کنیم. با همین استیشن من، چهارنفری به همایش جهانی رفتیم و در راه نوبتی می‌خواهیدیم چون پشت ماشین دو نفر بیش‌تر جا نداشت. چیزی را از هم پنهان نمی‌کردیم و نهانی‌ترین زخم‌هایمان را با یک‌دیگر در میان می‌گذاشتیم؛ و این طوری بود که آن دو سه سال اول را به کمک هم پاک ماندیم.

کشف پیام بهبودی...

کری: در خواندنی‌های اول جلسه تأکید می‌شود که من هم در NA جایی برای خودم دارم. متن‌های NA می‌گویند جای ما «صرف نظر از سن‌وسال، نژاد، یا جنسیت» همین جاست، و «برای ما مهم نیست شما چه قدر مصرف می‌کردید یا مواد را از کجا تهیه می‌کردید». این یعنی فرقی نمی‌کند که سرگذشت شما چه قدر وحشتناک بوده یا چند ده سال مصرف می‌کردید! اگر مصرف‌کننده مواد بوده‌اید و اشتیاق به قطع مصرف دارید، خوش آمدید!

تونی: در جلسه می‌شنویم که روزی خواهیم توانست پیام بهبودی را به کسی انتقال دهیم که این پیام را فقط از دهان ما می‌تواند بشنود. آن اوایل من خیلی خودم‌محورتر از این بودم که چنین چیزی دلیل ماندنم بشود. قدم‌ها را که کار کردم، نتایجی گرفتم که دلم می‌خواست از دست‌شان ندهم، آن وقت گفتند تنها راهش این است که این چیزها را در اختیار دیگران هم بگذارم.

به نظر من گونه‌گونی اعضا مایه قدرت ماست؛ و گمان نمی‌کنم ما بتوانیم تظاهر کنیم که یک مشت آدم کاملاً شبیه هم و بدون هویت خاص خود هستیم - چون نیستیم. ما شبیه

دیوارنگاره ای هستیم که از اجزای تشکیل دهنده اش خیلی بزرگ تر است. شبیه نقاشی ای که روی دیوار زشتی به اسم بیماری اعتیاد کشیده شده. نقاشی ای که درخشان و زیباست، و در عین حال گاهی تیره و تار و ترسناک؛ درست مثل خود زندگی و فرازونشیب هایش. ولی هر کدام از اجزای این نقاشی - یعنی هر معتاد - رنگی متفاوت، شکلی متفاوت و ترکیب متفاوتی دارد، و وجه اشتراک همه این است که در کنار هم، دیوارنگاره ای را تشکیل می دهند که معتادان گمنام نام دارد.

من خوش حالم که جزئی از این نقاشی هستم - من امروز جزو «جوان ها»ی در حال بهبودی هستم. معتادی هستم که در هفده سالگی پاک شدم و الان شش سال است که پاکم. معتادی هستم که هم جنس خواهم. معتادی هستم که سفیدپوستم. معتادی که در مجامع تخصصی عمومی در مورد خودش صحبت می کند. معتادی که کارمند خاص است. معتادی که «راهنمای همه اعضای جوان» است. معتادی که پدر و مادرش معتادند. معتادی که به درک خودش از نیروی برتر متکی است - نه عقاید پیش ساخته.

من معتادی هستم که یک «زبان» مخصوص به خودش پیدا کرده. زبانی که می توانم با آن چیزی به کسی بگویم (یا بنویسم) که در او/ثر کند و در نهایت پیام بهبودی را درک کند. ممکن است این حرف فقط از زبان من در او اثر کند، و من از پیدا کردن این زبان خوش حالم. این باعث می شود که من در زندگی هدفی داشته باشم و انگیزه ای است تا به رشد ادامه بدهم. تفاوت هایی که من با دیگران دارم، امروز نه تنها مایه قدرت من است، بلکه موهبتی است خدادادی. این موهبت رهجوهای هستند که به سراغ من آمده اند چون احساس می کنند کس دیگری حرف شان را نمی فهمد.

توانایی کمک کردن به همین مجله است - حالا به هر دلیل و منظوری!

کری: یکی از مهم ترین مشکلات جوان هایی که وارد NA می شوند، تلاش برای دستیابی به بهبودی در خانواده اغلب نابه سامانی است که با اعضای آن اختلاف سنی دارند.

من نمی توانستم باز هم با پدر و مادری زندگی کنم که ترجیح می دادند من نشئه باشم، رعایت حالم را نمی کردند، و نمی دانستند چه طور می توانند به من کمک کنند. خوش بختانه هیچ قانونی مرا از ترک چنین خانواده ای منع نمی کرد. من می توانستم کار کنم و قانوناً برای زندگی ام تصمیم بگیرم.

ولی دو نفر از دوستان من وضعیت شان فرق می کرد. مدام در جلسه های اولیا و مربیان مدرسه محاکمه می شدند، مجبور بودند به زور در جلسه های مشاوره شرکت کنند و پیش پدر و مادری زندگی کنند که با آن ها بد رفتاری می کردند. متأسفانه الان فقط یکی از این دوست های من پاک است. منظورم به هیچ وجه این نیست که در مورد دلایل پاک ماندن یا پاک نماندن کسی نظریه صادر کنم. فقط می دانم آن دوستم که در NA ماند، حالا در آپارتمان خودش زندگی می کند، کاملاً مستقل است و دارد به آرزوهایش جامه عمل می پوشاند. این دوست بیست ساله من، پنج سال است که پاک است، به دو زبان حرف می زند، در کاستاریکا درس خوانده، و خلاصه آن دختر زخم خورده ای که پنج سال پیش وارد انجمن شد، کاملاً به آدم دیگری

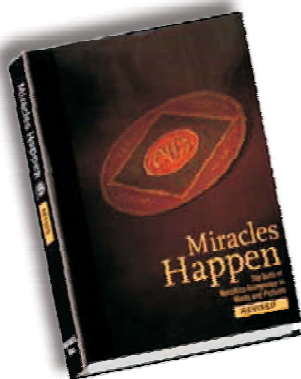
تبدیل شده است.

من وقتی وارد انجمن شدم سخت خسته و ناامید بودم. احساس می کردم سنگدل و وحشت زده و خشم گین هستم. اما هر چه بیش تر پاک ماندم، بیش تر احساس جوانی کردم! من واقعاً نمی فهمم این حرف که «ای بابا، تو که خیلی جوانی» یعنی چه. به نظرم این حرف یک جورهایی تحقیرآمیز است. من به زن های مسن تری که مدتی از دوران بهبودی شان در NA می گذرد به چشم تحسین و احترام نگاه می کنم. دلم می خواهد یاد بگیرم مثل آن ها صداقت و عزت نفس و شجاعت داشته باشم. من در همان سومین جلسه NA، زنی را دیدم که بعدها راهنمایم شد؛ البته آن روز صراحت و تندزبانی اش فراری ام کرد. من دنبال کسی بودم که به من راست بگوید - کشته مرده چنین آدمی بودم - ولی در عین حال شنیدن حقیقت زیاد خوشایندم نبود. این زن حتی یک بار هم به من اجازه نداده به بهانه نفهمی، یا جهالت یا جوان بودن از زیر اصول این برنامه بروم. او مرا در همان حالت تسلیم بی چون و چرایی نگه داشت که همه ما، اگر می خواهیم به بهبودی در معتادان گمنام ادامه بدهیم، باید به آن برسیم.

در NA، هر کسی می تواند از اصول بهبودی پیروی کند، مخصوصاً ما که در دوران جوانی هستیم. ما نیروی لازم برای این کار را داریم، و یک عمر فرصت برای بهبودی پیش روی ماست.

کری بی، تونی جی، کیم وای، کالیفرنیا

اکتبر ۲۰۰۱



جیمی کی چه کسی بود؟ جیمی کی، به همراه فرانک و دوریس سی، پل آر، استیو آر و چند نفر دیگر، انجمن معتادان گمنام را در کالیفرنیا جنوبی بنیان گذاشتند. او و این اعضا، از ۱۷ اگست ۱۹۵۳ نشست هایی برگزار کردند برای راه اندازی انجمنی که در آن زمان «معتادان گمنام و الکلی های گمنام سن فرناندو ولی» خوانده می شد. بر اساس مستندات موجود، اولین جلسه بهبودی کالیفرنیا جنوبی در ۱۵ اکتبر ۱۹۵۳ برگزار شد.

جیمی کی، به دلایل بسیار، نقش مهمی در تاریخ NA دارد. بسیاری از قطعات کتابچه سفید نوشته اوست، که مشهورترین آن ها قطعه «ما بهبود پیدا می کنیم» است. طراحی نشان NA نیز (که مجمع خدمات جهانی بعدها اصلاحاتی در آن انجام داد) کار اوست. او از زمان تأسیس دفتر خدمات جهانی تا ۱۹۸۳، به صورت داوطلبانه مدیر این دفتر بود. جیمی کی در ۱۹۱۱ متولد شد و در ۱۹۸۵ درگذشت. او پیش از مرگ، ۳۶ سال پاک، و عضو در حال بهبودی معتادان گمنام بود.

آوریل ۱۹۹۸

برای خواندن مطالب مفصل تر درباره جیمی کی و نخستین سال های NA،

نگاه کنید به کتاب

معجزات به وقوع می پیوندد: نوشته ها و تصاویری از دوران پیدایش معتادان گمنام.

فقط نازک نارنجی‌ها

حق دارند گریه کنند

وقتی بچه بودم، اگر چیزی از پدر و مادرم می‌خواستم گریه را سر می‌دادم. بزرگ‌تر که شدم، مثل بقیه کسانی که دوروبرم بودند یاد گرفتم که فقط آدم‌های نازک‌نارنجی حق دارند گریه کنند.

بعدها، در دوران مصرف، وقتی به ناامیدی مطلق رسیدم، بارها گریه کردم و آرزو کردم بمیرم تا از این همه بدبختی خلاص شوم. مدام نحیف‌تر و فرسوده‌تر شدم و خودم را بیش‌تر به ذلت کشاندم، اما نمردم. فکر می‌کردم هیچ کس درک نخواهد کرد چه عذاب‌هایی کشیده‌ام، و هرگز نخواهم توانست با بلاهایی که بر سرم آمده کنار بیایم. فکر نمی‌کردم دیگر هیچ وقت بتوانم گریه کنم. سنگ‌دل شدم، و به گفته خیلی‌ها، در اوایل دوران بهبودی شبیه وحشی‌ها بودم - یک آدم وحشی که دیگر نمی‌تواند و نمی‌خواهد مصرف کند، و فقط در اعماق وجودش امیدوار است که چیزی به اسم شادمانی هم در زندگی وجود داشته باشد. یک آدم وحشی که با عواطف بشری بیگانه است، اما در عین حال از ته دل آرزو می‌کند بتواند آن‌ها را احساس کند.

بعد NA را پیدا کردم، و NA مرا کشف کرد. زندگی‌ام بهتر و آرزوهای گم‌شده‌ام بیدار شد. دوباره طعم اعتماد کردن را چشیدم. در دوران بهبودی دوستانی پیدا کردم، اتفاقی که پیش از آن به نظرم ناممکن بود. وارد دوره‌ای درخشان از زندگی‌ام شدم. عاشق دختری شدم که هنوز با هم زندگی می‌کنیم، و او هم در برنامه است. یک‌بار، وقتی داشتیم از دردهای گذشته‌ام برایش حرف می‌زدم اشک در چشمانم جمع شد. در واقع دلم می‌خواست گریه کنم، اما چیزی مانع شد - این که فقط نازک‌نارنجی‌ها حق دارند گریه کنند.

پاییز گذشته، به آرزوی دیرینه‌ام رسیدم و به همایش جهانی NA در هونولولو رفتم. محشر بود. شرکت در این همایش قشنگ‌ترین، و در عین حال سخت‌ترین تجربه زندگی من بود، چون من و دوست دخترم با هم دعوا کرده بودیم و او همراه من نیامد. وقتی داشتم کنار دریا موتورسواری می‌کردم، فکر کردم پنج سال

پیش من کارتن‌خواب بودم، و حالا به این‌جا رسیده‌ام. بغض گلویم را گرفت اما باز هم نتوانستم گریه کنم، چون هنوز این فکر با من بود که فقط نازک‌نارنجی‌ها حق دارند گریه کنند.

چند روز بعد، در مراسم ششمین سالگرد تأسیس NA در شهرم پیچ، یکی از سخنران‌ها که به من لطف دارد، تعریف کرد که چه‌طور شش سال پیش NA در پیچ راه‌اندازی شد. آن وقت بود که اتفاقی در وجود من افتاد. پس از سال‌های سال، اشکم سرازیر شد - نه، راستش رسماً به گریه افتادم. بیرون ریختن احساساتی که سال‌ها سرکوب شده بود، تجربه غریبی برای من بود. گریه کردن و درک این که NA زندگی مرا نجات داده، حال غریبی بود. و این حال بالاخره به من دست داده بود.

از آن روز به بعد، من هم حق دارم گریه کنم - و می‌دانید که، فقط نازک‌نارنجی‌ها حق دارند گریه کنند.

فری اس، چونگراد، مجارستان

جولای ۲۰۰۶

جواب سریع

اسم من کیران است. من نیالی هستم. فقط هشت ماه پاک بودم که ناچار شدم برای کار به قطر بروم. ترک کشورم کار سختی بود، و به من گفته بودند که هنوز آن قدر از آغاز دوران بهبودی‌ام نمی‌گذرد که دست به چنین تغییراتی بزنم. اما من به دلایل خانوادگی ناچار بودم این کار را بکنم. آن موقع خزانه‌دار گروه‌مان در داماک بودم. دوستان انجمن قبل از ترک وطن، خیلی به من دل‌گرمی دادند. یکی از دوستان یک نسخه از مجله راه NA را به من داد و گفت با کارکنان خدمات جهانی NA تماس بگیرم و مجله را مشترک بشوم. به من گفتند اگر در محدوده خلیج فارس نتوانم جلسه‌ای پیدا کنم، وجود این مجله کمکم خواهد کرد. هنوز در آغوش کشیدن‌های قبل از رفتنم را به یاد دارم. به قطر که رسیدم احساس تنهایی می‌کردم، مخصوصاً که به دلیل مشکل زبان، نمی‌توانستم با کسی ارتباط برقرار کنم. بارها دچار وسوسه شدم، اما همیشه این جمله به یادم می‌آمد که: «هر اتفاقی که بیفتد، ما نباید مصرف کنیم.» بالاخره تصمیم گرفتم ای‌میلی برای مجله راه NA بفرستم. به هیچ وجه انتظار جواب فوری نداشتم، اما یکی از کارکنان باصفای دفتر خدمات جهانی فوراً جواب مرا داد و خبر جداافتادگی مرا در محدوده خلیج فارس پخش کرد. چیزی نگذشت که یکی از اعضای انجمن در آن محدوده با من تماس گرفت و شماره تلفن خودش و چند نفر از اعضای NA در قطر را به من داد. دفتر خدمات جهانی هم مرا جزو مشتریان ثبت نام کرد و من امیدوارم همین روزها راه NA به دستم برسد. این ماجراها خیلی سریع اتفاق افتاد و جای تعجب است که همه این چیزها بدون این که من تلاش زیادی بکنم در اختیارم قرار گرفت - فقط همان اشتیاق به مصرف نکردن لازم بود. من قصد دارم بعد از برقرار شدن ارتباط با انجمن، مطالب بیش‌تری برای مجله بفرستم. از NA، از دفتر خدمات جهانی، از دوستان انجمن، و از نیروی برترم سپاس گزارم.

کیران کی، دوحه، قطر

ژانویه ۲۰۰۵



هر چه بادا باد

دیگر تقریباً طعم مادر بودن را از یاد برده‌ام. من دو پسر از دست داده‌ام؛ اما تعبیر «از دست دادن»، برای نشان دادن عمق خلئی که با مرگ آن دو در زندگی من پدید آمد گویا نیست. هر دو پسر من به فاصله سه ماه از دنیا رفتند. من داغ‌دیده، ناگهان دیدم در این ماجرا دارم کاملاً به حکم غریزه رفتار می‌کنم. پیش از آن هیچ‌وقت با مرگ یکی از اعضای خانواده مواجه نشده بودم، اما می‌دانستم آدم داغ‌دیده ممکن است نقش قربانی/ بازمانده را بازی کند، و من هم احساس شکست می‌کردم. وقتی دیدم این احساس دارد وجود را تسخیر می‌کند، فهمیدم چه باید بکنم. واکنش‌های من بر مبنای روش‌هایی شکل گرفت که در دوران بهبودی در NA یاد گرفته بودم. قدم اول: «من نمی‌توانم.» قدم دوم: «ما می‌توانیم.» قدم سوم: «من احتیاج به کمک دارم.» من درخواست کمک کردم. بارها و بارها با دعای ساده‌ای برای درخواست کمک، و همین‌طور با دعای آرامش، مراقبه کردم. احساس کردم نیروی برترم حامی من است، و کم‌کم این باور در ذهنم شکل گرفت که به‌رغم هر اتفاقی که بیفتد می‌توانم پاک بمانم. اعضای خانواده، دوستانم، و دوروبری‌ها نمی‌توانستند باور کنند. درک این فقدان دشوار بود - نه فقط برای من، برای آن‌ها هم دشوار بود. خیلی وقت‌ها من احتیاج داشتم فقط کسی دوروبرم باشد تا تنها نمانم. NA آدم‌های زیادی را وارد زندگی من کرد و باعث شد نوعی احساس تعلق خاطر در من به وجود بیاید. بی‌اعتمادی من، انزواطلبی‌ام، و اندوه من بر خانواده‌ام و همین‌طور روابط تازه‌ام با اعضای انجمن تأثیر منفی گذاشت. در من هم مثل هر معتاد قهاری، طبیعتاً احساس یکه بودن، شرم، ناامنی، و خودمحوری زنده شد. به هیچ چیز نمی‌توانستم فکر کنم جز این که چرا من؟

می‌دانید، پسرهای من خودکشی کرده بودند. پیش از این ماجرا، من خیال می‌کردم با یک مشت راه حل‌های تسکین‌دهنده می‌شود با داغ‌دیدگی طرف شد. همان راه حل‌هایی که همه بلدیم: دست کم یک بار گریه کنید، یک نامه خداحافظی بنویسید و در آن هر چه دل‌تان

می‌خواهد بگویید، نامه را برای یک نفر دیگر بخوانید، و بعد دیگر غم و غصه را کنار بگذارید! امروز می‌فهمم که قضیه به این سادگی‌ها هم نیست.

برخورد با آدم‌ها، جاها، اشیاء، و وقایعی که خاطره پسرهایم را در من زنده می‌کرد، دشوار و گاهی طاقت‌فرسا بود. تمهیدهای عملی که من امروز برای گذر از چنین مواقع دردناکی به کار می‌بندم، آماده کردن خودم برای تاریخ‌ها، وقایع و خلاصه هر چیزی است که ممکن است هر روز سر راهم قرار بگیرد. روند تغییر احساسات در من بسیار کند است و گاهی نمی‌توانم با فرازونشیب‌های زندگی کنار بیایم، و به همین دلیل است که به آن تمهیدها احتیاج دارم. راهنمای من، دوستانم، نیروی برترم و خانواده‌ام، مایه دل‌گرمی من در این دوران هستند. من آن راه‌حل‌های تسکین‌دهنده را بر حسب نیاز خودم تغییر داده‌ام: هر موقع که لازم باشد گریه می‌کنم، می‌نویسم، حرف می‌زنم، هر وقت و در هر موردی احتیاج به درددل داشته باشم درددل می‌کنم، و تا آن‌جا که بتوانم

از غصه و فکرهای بیهوده دست برمی‌دارم. و اغلب به کمک نوعی آیین و مناسک مراقبه این کار را می‌کنم. نامه‌ها، اشیاء شخصی یا عکس‌ها را به همراه مقداری عود یا عنبر می‌سوزانم. این آیین و مناسک باعث می‌شود فکر کنم دارم نوعی هدیه تقدیم می‌کنم. دود که بلند می‌شود، تصویر پسرانم را که در پیشگاه خداوند هستند در ذهنم مجسم می‌کنم. این کار برایم تسکین‌دهنده است، هر چند به هر حال می‌دانم که مرده‌ها را نمی‌شود زنده کرد. لحظه‌ای سکوت، باعث می‌شود من احساس کنم دارم کاری می‌کنم.

من هر روز انرژی و محبتم را برای آن عزیزان رفته می‌فرستم. به شکل‌های مختلف به نیروی برترم فکر می‌کنم و بعضی از آیین‌های شفافبخش را اجرا می‌کنم. با این همه می‌دانم از همه چیز مهم‌تر، پاک ماندن است، و فقط برای امروز زندگی کردن، و درددل گفتن و شنیدن به روال NA.

دبی/ان، مینه‌سوتا

اکتبر ۲۰۰۲

هشتاد و چهار

روز

من حبیب هستم یک معتاد. با سلام خدمت همه معتادان گمنام گروه زندان مرکزی قزوین و همه افراد گروه‌های جهان. غرض از مزاحمت این که من اکنون در جایی قرار گرفته‌ام که فاصله چندانی با مرگ ندارم و در این دقایق آخر مشتاق بودم به همه هم‌دردانم پیامی بدهم. دوستان، من خودم شخصاً پاکی خود را در جلسه NA به دست آورده‌ام و در کنار آن چنان انسی با خدای خود گرفته‌ام که در این لحظه هیچ ناراحتی ندارم و راضی‌ام به رضای خدا. از شما بچه‌های انجمن می‌خواهم که با حفظ پاکی خود، به وسیله خدمت موجب پاکی جسمی و روحی و روانی دیگران نیز بشوید و راه نجات معتادان ادامه بدهید. دیگر عرضی ندارم و با اعلام پاکی نامه‌ام را تمام می‌کنم. مجدداً حبیب هستم معتاد: با طلوع امروز که پایان عمر من است، ۸۴ روز است که در کنار شما پاک هستم. با آرزوی موفقیت برای همه معتادان انجمنی و غیرانجمنی. والسلام.

حبیب، قزوین، ایران

اکتبر ۲۰۰۶

یادداشت سردبیر: از زمان تشکیل کمیته فرعی H&I در ایران، پیام بهبودی (نشریه داخلی انجمن NA ایران) نامه‌های فراوانی از زندان‌های سراسر کشور دریافت کرده است. اما این نامه حکایت دیگری دارد. این نامه از کسی است که در دوران حبس با NA آشنا شد، با این که در زندان‌های آن‌جا انواع مواد مخدر به وفور و با قیمت ارزان در دسترس است.



به تصویر در آورید

از گروه‌های NA در سراسر جهان دعوت می‌شود عکس‌هایی از محل برگزاری جلسات‌شان برای ما بفرستند. ما به‌ویژه از عکس‌هایی استقبال می‌کنیم که نشان‌دهنده شکل و شمایل جلسه، نشریات بهبودی، پوسترها، لیوان‌های شسته‌نشده، و هر چیز دیگری باشند که محل برگزاری جلسه را «زنده و باروح» نشان می‌دهد. متأسفانه از عکس‌هایی که چهره اعضا را به‌طور مشخص نشان می‌دهد نمی‌توانیم استفاده کنیم. لطفاً در مورد جلسه‌تان، اسم آن، شهر و محل برگزاری، این که چه مدتی از تشکیل آن می‌گذرد، و شکل برگزاری‌اش (سخنران، مشارکت و غیره) ما را مطلع کنید.

Sólo por hoy

ما بسیار خوش‌حالیم که به‌تازگی، در ۲۸ فوریه ۲۰۰۴، یک گروه جدید NA به نام Sólo Por Hoy را در تگوسیگالپا، پایتخت هندوراس، راه‌اندازی کرده‌ایم. مایه خوش‌حالی است دانستن این نکته که در بیش‌تر کشورهای آمریکای مرکزی - گواتمالا، السالوادور، نیکاراگوآ، کاستاریکا، پاناما، و حالا هم هندوراس - گروهی به نام Sol Por Hoy وجود دارد. جلسات این گروه تازه‌تأسیس، شنبه‌ها از ۶ تا ۷:۳۰ بعد از ظهر تشکیل می‌شود. ما جلسات بسته، جلسات کارکرد قدم، جلسات اطلاع‌رسانی، جلسات موضوعی و جلسات سخنرانی داریم. هفته‌ای یک بار به مراکز درمانی و گروه‌های دیگر می‌رویم تا بتوانیم تجربه، نیرو و امیدمان را با کسانی که دچار بیماری اعتیاد هستند در میان بگذاریم.

تعداد گروه‌های NA در هندوراس انگشت‌شمار است - سه گروه در تگوسیگالپا هست و چهار گروه در سایر مناطق کشور. متأسفانه در هندوراس بیش‌تر مردم از ماهیت انجمن معتادان گمنام آگاهی چندانی ندارند.

در ۱۵ مارچ، یکی از نشریات معتبر هفتگی مطلبی درباره NA در این کشور چاپ کرد. ما از این اتفاق بسیار خوش‌حال شدیم چون فکر می‌کنیم از این به بعد تعداد بیش‌تری از مردم و همین‌طور معتادان در حال عذاب برای دریافت اطلاعاتی از NA به سراغ گروه‌های ما خواهند آمد.

ما در گروه‌مان دور یک میز گرد می‌نشینیم و روی میز، خواندنی‌ها و نشریات‌مان را می‌گذاریم. جلسه را با دعای آرامش آغاز می‌کنیم، و بعد از خواندنی‌های جلسه، یک صفحه از کتاب فقط برای امروز: مراقبه روزانه برای معتادان در حال بهبودی را می‌خوانیم، و سپس بخش‌هایی از کتاب پایه را که در کتاب فقط برای امروز به آن اشاره شده است. در جلسات بسته سعی می‌کنیم ترتیبی بدهیم که همه اعضا مطابق «راه NA» مشارکت کنند، و در آخر جلسه دست بر شانه یک‌دیگر،

حلقه‌ای تشکیل می‌دهیم به نشانه این واقعیت که ما نه به‌تنهایی، که با هم تواناییم.

از راه دور، تمام دوستان انجمنی در سراسر جهان را در آغوش می‌کشیم! از این که به من فرصت دادید درباره گروه‌مان با شما مشارکت کنم سپاس‌گزارم.

کارلوس آی، تگوسیگالپا، هندوراس

جولای ۲۰۰۴





بهبودی شاید سفری بی پایان باشد، اما در این راه، منزل گاهی هم برای استراحت معتادان در حال بهبودی وجود دارد: 2009...

BARCELONA

سفر به مکانی بدون مرز...

چشیدن طعم محبت در بارسلون،

دیدن گوناگونی NA،

در مکانی بی نظیر و زمانی تکرارناشدنی،

تجربه کنار هم بودن...

شما هم دعوت دارید...

لطفاً برای شرکت در سی و سومین همایش جهانی معتادان گمنام، Amor sin fronteras، در شهر شگفت انگیز بارسلون در اسپانیا به ما بپیوندید. بارسلون یکی از زیباترین شهرهای جهان است، و جایی از این بهتر برای همایش جهانی امسال پیدا نمی شود. ما می دانیم که اعضای NA در سراسر جهان سخت مشتاق این همایش جهانی هستند، و در نتیجه همایش 33 به لحاظ شرکت کنندگان، به احتمال زیاد رنگارنگ ترین همایش جهانی ما خواهد بود. به منظور این که شما در برنامه ریزی سفر به بارسلون فرصت کافی داشته باشید، ثبت نام را زودتر از همیشه شروع کرده ایم.

پیش ثبت نام چه فایده هایی دارد؟

- * محدودیت امکان ثبت نام در هنگام برگزاری
- * کمک به خدمات جهانی NA برای برنامه ریزی بهتر همایش
- * دریافت بلیت ورود به مراسم مختلف، قبل از تکمیل شدن ظرفیت
- * دسترسی به اقلام یادگاری بی نظیر

ثبت نام برای همایش های

جهانی یعنی...

- * امکان پیش خرید اقلام یادگاری همایش
- * شرکت در مراسم مختلف، مثل مجالس رقص، و کنسرت های آزاد
- * اطمینان از شرکت در جلسه های اصلی (با توجه تعداد شرکت کنندگان)*
- * با پر شدن ظرفیت محل برگزاری جلسات، فقط کسانی که کارت ورود داشته باشند می توانند در این جلسات شرکت کنند.

برای ثبت نام در همایش، رزرو هتل و بلیت هواپیما، می توانید مراجعه کنید به www.na.org/wcna



سی و سومین همایش جهانی NA

Amor sin fronteras

عشق بدون مرز

بارسلون، اسپانیا | ۲۰-۲۳ آگست ۲۰۰۹ (۲۹ مرداد - اول شهریور ۱۳۸۸)

برای اطمینان از این که حتماً در آگست 2009 در

بارسلون خواهید بود هم اکنون ثبت نام کنید...

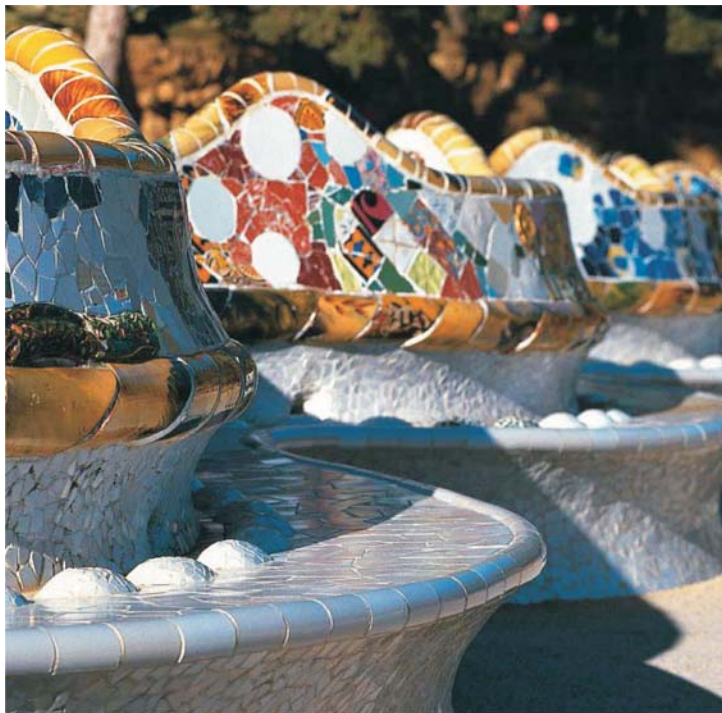
www.na.org/wcna

اقدام یادگاری

برای این همایش اقدام یادگاری بی نظیری تهیه شده که فقط کسانی که پیش ثبت نام کنند، می توانند تا **اول می ۲۰۰۹** برای خرید آن ها اقدام کنند. شما می توانید لیوان یادگاری همایش را به قیمت ۱۵ یورو، تی شرت زنانه و مردانه را به قیمت ۲۰ یورو، و پیراهن شکاری را به قیمت ۶۰ یورو پیش خرید کنید. این اقدام در هنگام برگزاری همایش عرضه نخواهد شد. به لحاظ تعداد محدودیتی وجود ندارد، اما این اقدام را فقط به مناسبت همایش بارسلون می توان خرید، مشروط بر این که پیش ثبت نام کرده باشید.

مراسم مختلف و بلیت ورود

پیش فروش بلیت ورود به مراسم مختلف، در تمام همایش ها هم زمان با پیش ثبت نام آغاز می شود... یعنی پیش از آن که معلوم شود مجریان مراسم چه کسانی خواهند بود. در همایش ۳۳، بلیت مراسم هنگامی فروخته می شود که شرکت کنندگان در آن مشخص شده اند، بنابراین شما دقیقاً می دانید برای چه مراسمی بلیت می خرید! ظرفیت تمام این مراسم محدود است. پیش فروش بلیت مراسم مختلف احتمالاً تا **اول جولای ۲۰۰۹** ادامه خواهد داشت، اما ممکن است ظرفیت بعضی از مراسم پیش از این تاریخ تکمیل شود. محل استقرار شما در مراسمی که جایگاه شرکت کنندگان در آن شماره صندلی دارد، بستگی به تاریخ پیش ثبت نام/ولیه شما خواهد داشت. هر چه زودتر ثبت نام کنید، صندلی شما در جای بهتری خواهد بود.



پیش ثبت نام و ثبت نام محدود در محل

تغییرات در برنامه سی و سومین همایش جهانی NA... حتماً پیش ثبت نام کنید

پیش ثبت نام بسیار به نفع شماست. به این ترتیب مطمئن خواهید بود که فرصت شرکت در بسیاری از مراسم را خواهید داشت. برای ورود به مراسم بلیت دار، مراسم رقص، چای خانه ها و احتمالاً بعضی از جلسه های اصلی (با توجه به تعداد شرکت کنندگان) باید کارت ورود داشته باشید. ظرفیت همه این مراسم محدود است. هزینه پیش ثبت نام ۸۵ یورو است.*

خدمات جهانی NA به این نتیجه رسیده که برنامه ریزی همایش جهانی برای شرکت کسانی که پیش ثبت نام نمی کنند یا اصلاً ثبت نام نمی کنند، کار معقولی نیست. بنابراین، تعداد محدودی می توانند برای همایش ۳۳ در محل ثبت نام کنند. هزینه ثبت نام در محل، ۹۵ یورو است. به محض تکمیل ظرفیت، صدور کارت ورود متوقف خواهد شد.

* **شیوه پرداخت** - هزینه های سی و سومین همایش جهانی NA به یورو دریافت می شود. قیمت بلیت هواپیما و هزینه های مربوط به قبل و بعد از مراسم به دلار آمریکا اعلام و دریافت می شود. هزینه هتل و سایر هزینه ها به یورو اعلام می شود مگر این که خلاف آن ذکر شده باشد. کشورهای اتحادیه اروپا عموماً چک قبول نمی کنند. پرداخت با کارت اعتباری مرجح است. برای ثبت نام، رزرو هتل، پیش خرید اقدام یادگاری یا خرید بلیت ورود به مراسم، باید از کارت اعتباری استفاده کنید.

پیش ثبت نام چه طور، کی و کجا انجام می شود؟

برای ثبت نام آن لاین، هم اکنون می توانید به www.na.org/wcna بروید و روی 3 WCNA کلیک کنید.

اگر امکان ثبت نام آن لاین ندارید، از فرم پیش ثبت نام و رزرو هتل استفاده کنید. مهلت پیش ثبت نام و پیش خرید بلیت مراسم، **اول جولای ۲۰۰۹ (۱۰ تیر ۸۷)** است و پس از این تاریخ، هیچ گونه استرداد وجه، انصراف یا تغییر ممکن نخواهد بود.



آیا می دانستید بیش از ۹۵٪
کسانی که برای شرکت در
همایش های جهانی NA
پیش ثبت نام می کنند، به صورت
آن لاین این کار را انجام می دهند؟

از آن جایی که ممکن است مراسم دیگری هم در برنامه گنجانده شود...

ما اطلاعات جدید را به ای میل کسانی که پیش ثبت نام می کنند و همچنین کسانی که ای میل شان را در قسمت WCNA Updates در سایت انجمن ثبت کرده اند خواهیم فرستاد. علاوه بر این، خبرهای جدید را در صفحه های مربوط به همایش در www.na.org/wcna خواهیم گذاشت.

برنامه ریزی درست برای تعطیلات در اروپا...

اطلاعات مربوط به فعالیت ها، مراسم و سفرهایی که پیش و پس از همایش انجام می شود، در www.na.org/wcna موجود است. به مناطق، نواحی و گروه های NA در اروپا توصیه می کنیم مراسمی را که پیش و پس از همایش برگزار می شود، فهرست کنند. لطفاً اطلاعات مربوط به هر یک از این مراسم را به events@na.org بفرستید و برای اطمینان از گنجانده شدن هر یک از این مراسم در تقویم آن لاین ما، اطلاعات آن را در <http://www.na.org/wcna/cominguptoc.htm> ثبت کنید.

برای اطلاعات بیش تر با ۹۹۹۹-۷۷۳-۸۱۸ داخلی ۷۷۱ تماس بگیرید.

همایش کی شروع می شود؟ ثبت نام و صدور کارت ورود در محل همایش، از بعدازظهر چهارشنبه ۱۹ آگست ۲۰۰۹ (۲۸ مرداد) آغاز می شود. همایش ۳۳ روز پنجشنبه ۲۰ آگست رسماً افتتاح خواهد شد و در بعدازظهر شنبه ۲۳ آگست ۲۰۰۹ به پایان خواهد رسید. در صورت پر شدن ظرفیت، حق رد درخواست کارت ورود برای خدمات جهانی NA محفوظ است.

شهر» است. رفتن از مرکز شهر تا مقر همایش با مترو تقریباً بیست دقیقه و با تاکسی (که کرایه اش ۲۰ یورو می شود) ده تا پانزده دقیقه طول می کشد. اگر دوست دارید حال و هوای بارسلون را ببینید، شاید یکی از هتل های مرکز شهر را ترجیح بدهید که نزدیک بعضی از بهترین مراکز خرید، قهوه فروشی ها، رستوران ها، تالارهای مد، موزه های و پارک های اروپاست - همه در پس زمینه «پاریس اسپانیا» با بناهای شگفت آور و معماری مشهور گوادی! هتل هایی که در این قسمت شهر هستند، با گردشگاه مشهور لا رامبلا چند قدم بیش تر فاصله ندارند. از مقر همایش برای مرکز شهر بیست و چهارساعته اتوبوس و مترو هست، و با هفت یورو و بیش تر می توان در مسیرهای مختلف گردش کرد. مقر همایش در حومه بارسلون و کنار یک مرکز خرید است، اما اطراف آن پر از اتاق های کرایه ای است در بخشی از شهر که تازه بازسازی شده. این اتاق ها کاملاً تازه ساز و قشنگ است، ولی بسیاری از کسانی که دنبال حال و هوای اروپایی هستند ممکن است ترجیح بدهند در مرکز شهر هتل بگیرند و هنگام برگزاری همایش به مقر برپایی مراسم بروند.

محل اصلی اسکان شرکت کنندگان هتل AC Barcelona
است. در حال حاضر مشغول برنامه ریزی هستیم تا تمام مجالس رقص و جلسات پیوسته در همین محل برگزار شود که چسبیده به مقر همایش است.

هتل ها و محل های اسکان ارزان قیمت

برای دیدن فهرستی از هتل ها و محل های اسکان ارزان قیمت، به www.na.org/wcna مراجعه کنید. برای اطمینان از این که شرکت کنندگان بیش تری امکان پیوستن به ما در سی و سومین همایش جهانی NA را خواهند داشت، تمام اطلاعاتی که ما در مورد مکان های کم هزینه داریم در www.na.org/wcna گذاشته شده است. ما کمکی برای رزرو این مکان ها نمی توانیم بکنیم، همچنین نمی توانیم تضمین بدهیم که تمام تسهیلات ذکر شده در این مکان ها، واقعاً موجود است. فقط نام و شماره تلفن این مکان ها را در اختیار شما گذاشته ایم.

رزرو هتل

بارسلون تابستان ها یکی از شلوغ ترین مکان های گردشگری در اروپاست. توصیه می کنیم رزرو هتل را هر چه زودتر انجام بدهید؛ وگرنه دیگر اتاق خالی پیدا نمی شود!

رزرو آن لاین در www.na.org/wcna

اگر به اینترنت دسترسی ندارید، لطفاً از فرم رزرو هتل استفاده کنید. اگر سؤال یا مشکلی در مورد رزرو هتل دارید، به www.na.org/wcna مراجعه کنید یا با شماره تلفن +۳۴۹۳۳۶۳۸۱۰۹ و فکس +۳۴۹۳۴۱۹۳۱۲۹ تماس بگیرید.

ودیع و انصراف

روش جدید در همایش ۳۳: به هنگام رزرو هتل، پرداخت ودیعه هزینه یک شب الزامی است.

در صورت انصراف پس از رزرو هتل، هزینه آن به شرح زیر از ودیعه پرداختی کسر می شود:

- هزینه انصراف تا پایان روز ۳۰ ژوئن ۲۰۰۹، ۵۰ یورو.
- در صورت انصراف پس از این تاریخ، کل ودیعه ضبط خواهد شد.

ودیعه ای که خدمات جهانی NA باید برای برای اسکان شرکت کنندگان پرداخت کند، ممکن است در مورد بعضی از هتل ها بیش تر باشد. در این صورت هزینه و زمان انصراف هم تغییر خواهد کرد.

هتل ها

قیمت های زیر شامل هزینه مالیات و صبحانه هم می شود. (در همایش های قبلی، قیمت های ذکر شده شامل هزینه مالیات نمی شد)

از معدودی از هتل ها، پیاده می توان به مقر همایش رفت. سایر هتل ها طوری انتخاب شده اند که نزدیک ایستگاه های مترو به مقصد مقر همایش باشند. از بعضی از این ایستگاه ها فقط با یک بار خط عوض کردن می شود به مقر همایش رسید. رفت و برگشت از هتل به مقر همایش، بر عهده شرکت کنندگان است. بسیاری از این هتل ها در مرکز بارسلون هستند، در حالی که مقر همایش «خارج از



ثبت نام برای سی و سومین همایش جهانی NA

اگر نمی‌توانید به صورت آنلاین ثبت نام کنید، لطفاً از برگه زیر برای ثبت نام و پیش خرید اقلام یادگاری استفاده کنید.

نام _____ نام خانوادگی _____
نشانی _____
شهر _____ استان / ایالت / کشور _____ کد پستی _____
ایمیل _____ تلفن _____

بخش ۱- پیش ثبت نام

در زمان برگزاری همایش، تعداد محدودی کارت ورودیه به قیمت ۹۵ یورو صادر خواهد شد. توجه: تمام قیمت‌ها به یورو است. هزینه‌های پرداخت شده به دلار از موجودی کارت اعتباری شما کسر خواهد شد (بر مبنای نرخ روز ارز). از آن جا که هزینه‌های همایش بر مبنای یورو محاسبه شده، از پذیرفتن چک معذوریم.

تعداد نفرات هزینه هر نفر جمع
پیش ثبت نام؟ _____
کمک به تازه وارد _____
جمع کل بخش اول _____
۸۵ یورو = _____
یورو _____
یورو _____

بخش ۲- اقلام یادگاری

مهلت پیش خرید اقلام یادگاری، اول می ۲۰۰۹ (۱۱ اردیبهشت ۱۳۸۸) است.

لیوان یادگاری _____ ۱۵ یورو = _____
تی شرت آرم دار مردانه و زنانه _____ ۲۰ یورو = _____

مردانه	S	M	L	XL	XXL
زنانه	S	M	L	XL	XXL

پیراهن شکاری مردانه و زنانه

مردانه	S	M	L	XL	XXL
زنانه	S	M	L	XL	XXL

بخش ۳- مبلغ و نحوه پرداخت

بخش ۱ _____ یورو + بخش ۲ _____ یورو = جمع کل _____ یورو

نحوه پرداخت (فقط یکی را علامت بزنید)

☐ AMEX ☐ VISA ☐ MASTERCARD ☐ نقد به یورو (فقط حضوری)

شماره کارت اعتباری _____ شماره رمز _____ تاریخ اعتبار _____

نوع کارت _____ امضا _____

این برگه را به نشانی 9999 WCNA 33% NAWS, PO Box 9999
Van Nuys, CA 91411 بفرستید یا به شماره ۸۱۸۷۰۰۷۰۰ فکس کنید.
برای دریافت اطلاعات با تلفن ۸۱۸۷۷۳۹۹۹ داخلی ۷۷۱ تماس بگیرید.



تخفیف بلیت هواپیما

آژانس مسافرتی Montrose برای این همایش بلیت دوسره مخصوص از مبدأ آمریکا در نظر گرفته است. برای آگاهی از تخفیف‌ها، به www.na.org/wcna مراجعه و به صورت آنلاین بلیت رزرو کنید، یا با شماره تلفن ۸۰۰۳۰۱۹۶۷۳ تماس بگیرید.

خدمات جهانی NA، هیچ گونه وابستگی با هیچ یک از هتل‌ها، مراکز رزرواسیون یا آژانس‌های مسافرتی نام برده ندارد. ما تنها به منظور فراهم کردن تخفیف برای اعضا، قراردادهایی با این مراکز بسته ایم. خدمات جهانی با هیچ یک از آژانس‌های مسافرتی اروپایی نتوانست به توافقی برسد که واقعاً به سود اعضا باشد.

دوست دارید حس کنید سهمی در کارها دارید؟

به www.na.org/wcna بروید و با تکمیل برگه مشخصات، داوطلب خدمت در سی و سومین همایش جهانی NA شوید!

زبان رسمی سی و سومین

همایش جهانی NA،

انگلیسی است

زبان رسمی همایش ۳۳ نیز درست مثل زبان مجمع و همایش اروپا (ECCNA)، انگلیسی است.

امکانات ترجمه و برگزاری جلسات به زبان‌های دیگر

نیز فراهم است. اگر شما علاقه‌مند

و قادر و آماده کار ترجمه هستید، لطفاً

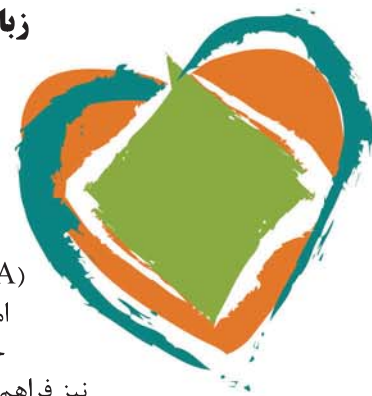
برگه داوطلبی را در www.na.org/wcna

پر کنید. اگر احتیاج به ترجمه دارید، لطفاً برای

ما به events@na.org ایمیل بزنید. هر چه

اطلاعات ما در این زمینه بیش تر باشد، بهتر می‌توانیم

امکانات لازم در این زمینه را فراهم کنیم!





فرم رزرو هتل - ارسال با پست یا فکس

رسید این فرم پس از ۳ تا ۵ روز به فکس/نشانی شما ارسال خواهد شد.

بخش ۱ - اطلاعات شخصی

نام خانوادگی _____ نام _____

نشانی _____

شهر _____ استان/ایالت/کشور _____ کد پستی _____

ای میل _____ تلفن _____

همراهان _____

بخش ۲ - رزرو هتل

اتاق مورد تقاضا پس از دریافت این فرم رزرو خواهد شد. اگر انتخاب اول ممکن نباشد، انتخاب بعدی رزرو می‌شود. اگر بیش از یک اتاق احتیاج دارید، لطفاً از این فرم کپی بگیرید.

نام هتل (انتخاب اول) _____ نام هتل (انتخاب دوم) _____ نام هتل (انتخاب سوم) _____

تاریخ ورود _____ تاریخ خروج _____

سایر امکانات

☐ اتاق سیگار کشیدن آزاد (در صورت امکان) ☐ اتاق با تجهیزات

معلولین (در صورت امکان)

نوع اتاق

☐ (یک تخته) تخت ۱ یا ۲ نفره ☐ (دو تخته) تخت ۲ نفره* ☐ (دو تخته) تخت ۲ نفره*

☐ در صورت موجود نبودن اتاق مورد تقاضا، متقاضی اتاق یک تخته در یکی از هتل‌های انتخابی‌ام هستم.

* اتاق‌های دونفره معمولاً دو تخت مجزا و حداکثر گنجایش دو نفر را دارند، بر خلاف اتاق‌های دونفره در آمریکا که معمولاً چهار نفر گنجایش دارد.

بخش ۳ - ودیعه

در ازای هر اتاق، پرداخت ودیعه یک شب ضروری است.

هر گونه انصراف پس از رزرو اتاق، مستلزم پرداخت هزینه انصراف است (به

قسمت «ودیعه و انصراف» در همین بروشور رجوع کنید)

امضای این فرم به منزله تأیید رزرو اتاق(های) مورد تقاضا و آگاهی از تمام

مطالب ذکر شده در این فرم و بروشور در مورد سی‌وسومین همایش جهانی NA است.

امضا

نحوه پرداخت (فقط یکی را علامت بزنید)

☐ AMEX ☐ VISA ☐ MASTERCARD

شماره کارت اعتباری _____ شماره رمز _____ تاریخ اعتبار _____

نوع کارت _____ امضا _____

برای رزرو آنلاین به www.na.org مراجعه کنید یا این فرم را به زیر نشانی بفرستید:

GP Destination Management C/ Travessera de les Corts, 241 Entlo 1º 08028
Barcelona (Spain)

ای میل: wcna-33@gpdmc.com

تلفن: ۳۴۱۹۳۱۲۹

تلفن: ۹۳۳۶۳۱

برنامه‌ریزی برای همایش جهانی

به سبک اروپایی

شما در این همایش متوجه خواهید شد بعضی چیزها با همایش‌هایی که معمولاً در آمریکای شمالی برگزار می‌شود بسیار فرق دارد. برای برنامه‌ریزی مناسب در مورد شرکت در این همایش، لطفاً به مطالب این بروشور و سایر اطلاعات مربوط به همایش کاملاً دقت کنید. برگزاری این همایش در اروپا (گذشته از خوراکی‌های عالی و آدم‌های خون‌گرم) ویژگی‌هایی دارد که عبارت است از:

برای رفتن از هتل‌ها به مقر همایش ، سرویس رفت‌وآمد در نظر گرفته نشده است. تمام هتل‌ها در جاهایی هستند که یا می‌توان پیاده از آن‌ها به مقر همایش رفت، یا با ایستگاه‌های مترو به مقصد مقر همایش، چند قدم بیش‌تر فاصله ندارند.

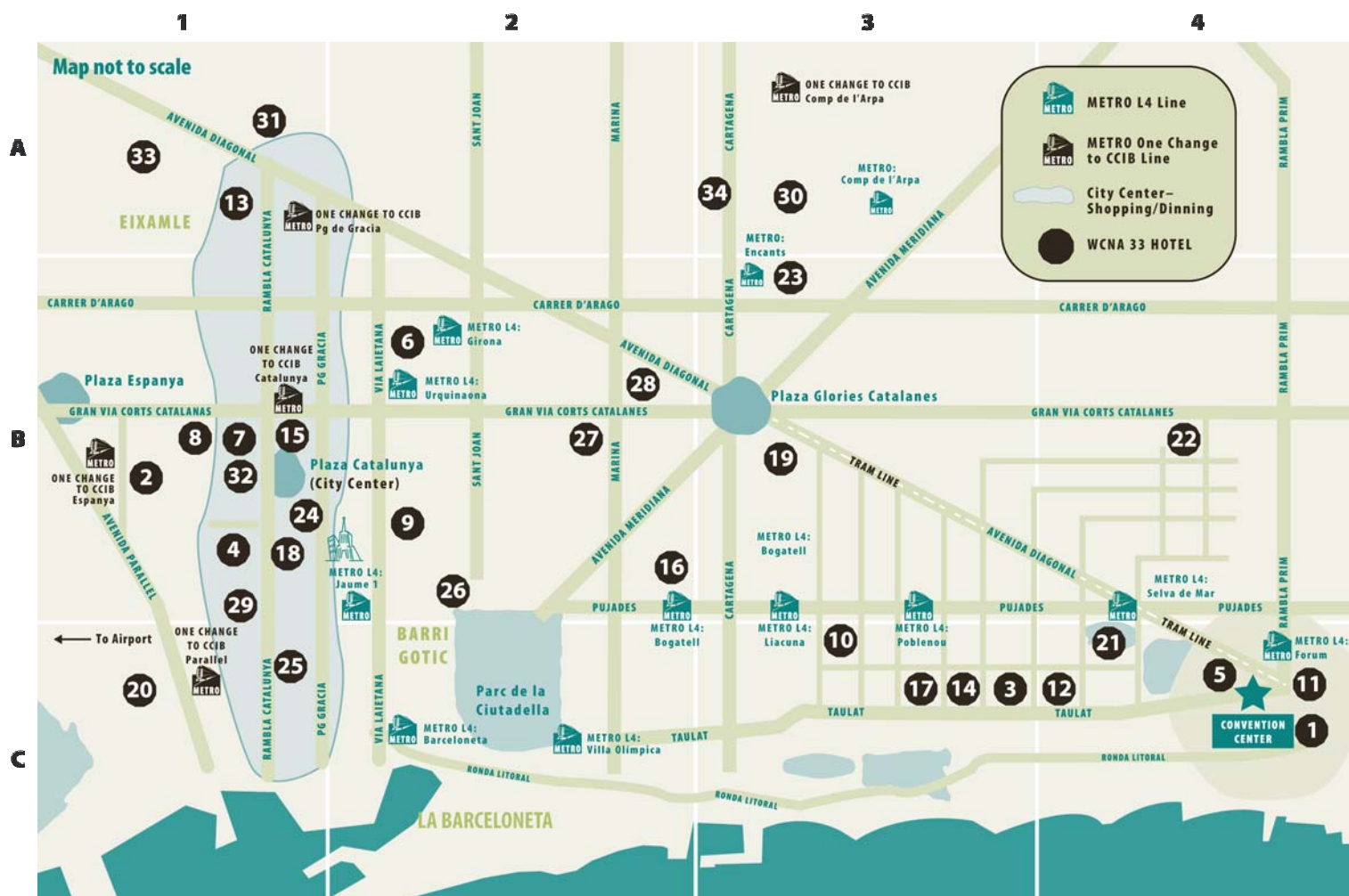
ADA (آیین‌نامه تأمین تسهیلات برای معلولان آمریکایی) فقط در آمریکا اجرا می‌شود و رعایت آن در اتحادیه اروپا الزامی نیست. در نتیجه بعضی از امکانات و مکان‌ها به اندازه آمریکا در دسترس معلولان نخواهد بود. در اروپا، آسانسورها کوچک است و پیاده‌روها آن‌قدر عریض نیست که با ویلچر بتوان در آن حرکت کرد. بسیاری از امکاناتی که خدمات جهانی NA در همایش‌های قبلی در آمریکا برای معلولان فراهم کرده بود، در بارسلون وجود ندارد. بنابراین در همایش ۲۰۱۳ ، ADA به صورت رسمی اجرا نخواهد شد. لطفاً در برنامه‌ریزی‌هایتان به این تفاوت‌ها توجه داشته باشید. برای رفت‌وآمد، فقط وسایط حمل‌ونقل عمومی، یعنی مترو، اتوبوس و تاکسی در دسترس خواهد بود. با توجه به هزینه‌ها و محل برگزاری این همایش، خدمات جهانی امکان تهیه وسیله رفت‌وآمد اختصاصی برای معلولان را ندارد. اگر احیاناً به این نتیجه رسیدید که سفر به بارسلون بیش از حد برای‌تان مشکل است، توجه داشته باشید که همایش بعللای ۲ (دوباره در سن دیگو، کالیفرنیا برگزار خواهد شد. اگر به دلیل مشکلاتی چون معلولیت برای شما مهم است که هتل محل اقامت‌تان نزدیک مقر همایش باشد، لطفاً هر چه زودتر برای رزرو هتل اقدام کنید. کمیته اسکان همایش ۳ در بارسلون، آمادگی یا امکان تهیه تسهیلات پزشکی یا محل اسکان اختصاصی نزدیک به مقر همایش برای معلولان را ندارد.

ردیف	کد اتاق	نام هتل / درجه	اتاقیخته (انفره)	محدوده	کد اتاق
هتل های چهار ستاره 4 STARS ★★ ★★					
1	C4	AC Barcelona	€192.60	€208.60	
		Junior Suites	€301.74	€301.74	
2	B1	AC Vilamarí	€122.00	€137.00	
3	C3	Barcelo Atenea Mar	€128.40	€144.45	
4	B1	Barcelo Raval	€165.00	€180.00	
5	C4	Barcelona Princess	€145.00	€165.00	
6	B2	Catalonia Berna	€128.40	€149.80	
7	B1	Catalonia Duques de Bergara	€139.10	€160.50	
8	B1	Catalonia Ramblas	€160.50	€171.20	
9	B2	Confortel Almirante	€123.05	€133.75	
10	C3	Confortel Barcelona	€133.75	€144.45	
11	C4	Diagonal Zero	€165.00	€183.00	
12	C4	Front Maritim	€130.00	€145.00	
13	A1	Gran Catalonia	€110.00	€130.00	
14	C3	Hesperia del Mar	€143.38	€169.06	
15	B1	Husa Barcelona Mar	€155.00	€170.00	
16	B3	Pere IV	€128.40	€149.80	
17	C3	Rafael Diagonal	€167.99	€187.25	
18	B1	Rivoli Ramblas	€133.75	€149.80	
19	B3	Silken Diagonal Mar	€144.45	€176.55	
20	C1	Tryp Apolo	€139.10	€155.15	
21	C4	Vincci Marítimo	€129.47	€146.59	
22	B4	Vincci Condal Mar	€129.47	€146.59	

ادامه در ستون بعد

ردیف	کد اتاق	نام هتل / درجه	اتاقیخته (انفره)	محدوده	کد اتاق
هتل های سه ستاره 3 STARS ★★ ★					
23	B3	Catalonia Aragón	€107.00	€123.40	
24	B1	Catalonia Albinoni	€117.70	€134.10	
25	C1	Catalonia Avinyó	€117.70	€134.10	
26	B2	Catalonia Princesa	€110.00	€125.00	
27	B2	Confortel Auditori	€133.75	€144.45	
28	B2	Glories	€101.65	€123.05	
29	B1	Husa Oriente	€135.00	€135.00	
هتل های دو ستاره 2 STARS ★ ★					
30	A3	Amrey Sant Pau	€86.00	€104.50	
31	A1	Medium Confort	€100.00	—	
32	B1	Medium Monegal (DBL not permitted)	€96.30 (Individual)	€105.00 (DUI)	
33	A1	Medium Prisma (DBL not permitted)	€85.00 (Individual)	€100.00 (DUI)	
هتل های تک ستاره 1 STAR ★					
34	A3	Medium Abalon (DBL not permitted)	€95.00	—	

* اتاق های دونفره معمولاً دو تخت مجزا و حداکثر گنجایش دو نفر را دارند، بر خلاف اتاق های دونفره در آمریکا که معمولاً چهار نفر گنجایش دارد.





پاک زیستن

سفری بی پایان

«الهامات تازه‌ای خواهد شد.» این چیزی است که کتاب پایه به ما می‌گوید - و بیست‌وپنج سال پس از انتشار کتاب پایه، بارها و بارها در زندگی معتادان بی‌شماری در سراسر جهان اتفاق افتاده است. در ادامه آمده است: «مشکلات چاره‌ناپذیر زندگی به شکل وجدآوری تغییر کرده‌اند. فعالیت بیماری ما متوقف شده، و اکنون همه چیز ممکن است.» کلماتی است بی‌تردید شوق‌انگیز، اما تجلی آن در زندگی شما چه گونه است؟ این پرسشی است که ما طرح کتاب جدیدمان را با آن آغاز می‌کنیم: پاک زیستن - سفری بی‌پایان.

وقتی به روال برنامه زندگی می‌کنیم، می‌بینیم که رؤیایمان واقعاً به حقیقت می‌پیوندد. همچنین گاهی با مشکلاتی رویارو می‌شویم که شاید هیچ‌وقت انتظارش را نداشتیم. کدام‌یک از ما انتظار پیر شدن را داشتیم؟ (پیر شدن که هیچ، بسیاری از ما اصلاً قصد بزرگ شدن نداشتیم.) هر یک از ما با عزیزی که دچار اعتیاد است چگونه رفتار کرده‌ایم؟ با موفقیت (یا شکست)‌های مادی یا مالی چگونه مواجه شده‌ایم؟ چنین پرسش‌هایی تمامی ندارد. خود شما بهتر از هر کسی از دشواری‌هایی که موجب رشد شما شده خبر دارید - و ما هم می‌خواهیم همین‌ها را بدانیم.

همان اصولی که باعث پاکی ما شد، وسیله‌ای خواهد بود تا کمک‌مان کند در عین پاک ماندن در فرازونشیب‌های روزگار، زندگی سعادت‌مندانه و سازنده‌ای داشته باشیم. ولی ممکن است گاهی برای درک چگونگی به‌کارگیری این ابزارها دچار مشکل شویم، یا حتی دچار تردید شویم که این اصول هنوز به درد ما می‌خورد یا نه.

تصور ما این است که پاک زیستن - سفری بی‌پایان، کتابی خواهد بود برای تمام ما که در دوران بهبودی در حال رشد هستیم. قصد ما گردآوری تجربه‌های تمام اعضای انجمن است در مورد دست‌وپنجه نرم کردن با مسائلی که هر انسانی در زندگی با آن‌ها روبه‌رو می‌شود، و این که اعتیاد - و بهبودی - ما مشخصاً چه تأثیری بر مواجهه ما با این مسائل و رشدمان گذاشته است.

برای تحقق این هدف، نیازمند یاری شما هستیم. از شما دعوت می‌کنیم تجربه‌تان در دوران بهبودی را با ما درمیان بگذارید. برای ما از نقاط عطف زندگی‌تان - خوب یا بد - بگوئید و ابزارهایی که NA برای مواجهه با این بالا و پایین‌ها در اختیار شما گذاشت. از آن لحظه‌ای بگوئید که اشتیاق زندگی به روال NA وجود شما را تسخیر کرد، یا احساس کردید که این موهبت نصیب شما شده. از آن شبی بگوئید که حرف‌های یک تازه‌وارد در جلسه، زندگی شما در دوران بهبودی را متحول کرد. ما مشتاق شنیدن این تجربه‌ها هستیم.

در بیست‌وپنج سالی که از انتشار کتاب پایه می‌گذرد، بی‌تردید «الهامات تازه‌ای شده است». چه بسیار معجزه‌ها که در زندگی ما رخ داده. ما رشد کرده‌ایم و چیزها آموخته‌ایم. پس برای گردآوری این تجربه‌ها و خرد جمعی به ما بپیوندید، تا بتوانیم از یک‌دیگر بیاموزیم و آموخته‌هایمان را با اعضای که تاکنون ندیده‌ایم در میان بگذاریم.

برای راه انداختن شما، پرسش‌هایی آماده کرده‌ایم. می‌توانید به صورت آن‌لاین در <http://www.naws.org/survey/index.php?sid=69453&lang=en> به این پرسش‌ها جواب بدهید، جواب‌هایتان را به worldboard@na.org ایمیل کنید، یا آن‌ها را بنویسید و برای ما به این نشانی بفرستید: **99999 Nuys, CA 99999**. شما می‌توانید این پرسش‌ها را به‌تنهایی یا به اتفاق اعضای گروه خانگی، دوستان، اعضای کمیته‌ای که در آن خدمت می‌کنید، یا راهنمایان پاسخ بدهید. می‌توانید با یکی از اعضای قدیمی مصاحبه کنید. می‌توانید از دوستانی که بیرون جلسه مشغول سیگار کشیدن هستند پرسید قشنگ‌ترین حرفی که در جلسات شنیده‌اند چه بوده. در هر حال لطفاً وقت بگذارید و بنویسید که چه چیزهایی در سفر بهبودی برای شما شوق‌انگیز است.

ما این‌جا و اکنون در
حال بهبودی هستیم و
آینده برای ما به
سفری شورانگیز بدل
خواهد شد.
کتاب پایه

<http://www.naws.org/survey/index.php?sid=69453&lang=en>

worldboard@na.org

www.na.org

این مطلب را در اختیار دیگران هم بگذارید. اگر این اطلاعات با ای میل برای تان آمده، آن را برای دیگران فوروارد کنید. اگر نسخه چاپی این اعلامیه به دست تان رسیده، از آن کپی بگیرید و به دیگران هم بدهید. در جلسات تان، در ناحیه، و نزد دوستان این مطلب را اعلام کنید. خلاصه هر طور که می توانید این خبر را پخش کنید. ما در انتظار مطالب شما هستیم.

پرسش های زیر نوعی راهنما برای شروع است - اما نگذارید این پرسش ها ذهن شما را محدود کند. اگر ماجرای دارید که می خواهید برای ما بنویسید، یا مضمون خوبی دارید که می خواهید با مادر میان بگذارید، هر طور که دوست دارید این کار را بکنید. می توانید در <http://www.naws.org/survey/index.php?sid=69453&lang=en> مستقیماً به پرسش ها جواب بدهید، یا این سئوال ها را فقط برای جهت دادن به نوشته تان در نظر داشته باشید - هر طور راحتید.

نقاط عطف

به مواقعی فکر کنید که ماندن در NA به نظرتان بهبود می رسد. چه چیزی باعث تجدید عهد شما با انجمن شد؟ آیا حرف کسی در ذهن تان جرقه زد؟ چه چیزی باعث شد جلسه رفتن یا پی روی از برنامه دوباره به نظرتان کار مفیدی برسد؟ چه طور یک معتاد دیگر توانست به پیلۀ تنهایی شما رسوخ کند؟

چیره شدن بر موانع

در راه بهبودی بر چه موانعی چیره شده اید؟ چه خطرهایی را می خواهید به دیگران هشدار دهید؟ آیا مواقعی بوده که خطر لغزش از بیخ گوش تان رد شده باشد؟

رشد در دوران بهبودی

درباره شنیده ها یا تجربه هایی در این دوران بنویسید که هیچ وقت از یاد نخواهید برد. چه تجربه هایی باعث پابرجایی بهبودی شما شد؟ جملات گهرباری که باعث شد همان پیام قدیمی شکل جدیدی برای تان پیدا کند چه بود؟ چه درس هایی در بهبودی آموختید که دیدگاه شما را عوض کرد و باعث شد بیش تر قدر بهبودی را بدانید؟



سی‌وسومین همایش جهانی NA

بارسلون، اسپانیا — ۲۳-۲۰ آگست ۲۰۰۹

عشق بدون مرز

هیجان شرکت در سی‌وسومین همایش جهانی NA در بارسلون رو به افزایش است و خیلی از شما برای آگاهی از چگونگی ثبت نام و اطلاعات مربوط به سفر و رزرو هتل با خدمات جهانی NA تماس گرفته‌اید. ما این اطلاعات را در وب سایت انجمن در صفحه مربوط به همایش (<http://www.na.org/WCNA/>) قرار داده‌ایم و علاوه بر آن، اگر برای خبرنامه همایش، یعنی خبرهای همایش جهانی به نشانی <http://portaltools.na.org/PortalTools/subscriptions/Login.cfm> ثبت نام کرده باشید، اطلاعات جدید به محض آماده شدن مستقیماً به ای‌میل شما ارسال خواهد شد.

در ضمن، ما برای همایش در جست‌وجوی سخنران و تعدادی داوطلب برای همکاری در ارزیابی سخنران‌ها هستیم. پاکی مورد نیاز برای سخنران‌های کارگاه‌ها و ارزیاب سخنران‌ها پنج سال، و برای سخنران‌های اصلی ده سال است. اگر شما یا یکی از آشنایان‌تان علاقه‌مند به خدمت در مقام سخنران کارگاه‌ها یا سخنران اصلی در سی‌وسومین همایش جهانی NA هستید، لطفاً سی‌دی یا فایل صوتی سخنرانی را به پیوست پرسش‌نامه زیر برای ما بفرستید. برای همکاری در ارزیابی نامزدهای سخنرانی، معرفی سخنران، یا داوطلب شدن برای سخنرانی، لطفاً اطلاعات زیر را برای ما بفرستید:

□ ارزیاب سخنران

□ سخنران

نام کامل _____

نشانی _____ شهر _____

ایالت/ استان _____ کشور _____ کد پستی _____

تلفن (صبح) _____ تلفن (بعدازظهر) _____

ای‌میل _____ مدت پاکی فرد خواستار سخنرانی/ ارزیابی _____

نام فرستنده سی‌دی _____

سی‌دی‌ها یا فایل‌های صوتی را به همراه اطلاعات تماس ذکرشده با ای‌میل برای ما بفرستید یا به نشانی زیر پست کنید:

wcna@na.org

NA World Services

WCNA- 33 Speakers

Box 9999

Van Nuys, CA 91409 USA



تیم خدماتی انجمن در دفتر خدمات جهانی در چاتسورث در کالیفرنیا آمریکا هفته‌ای هشتاد تا ۱۱۰ نامه از معتادان زندانی دریافت می‌کند؟

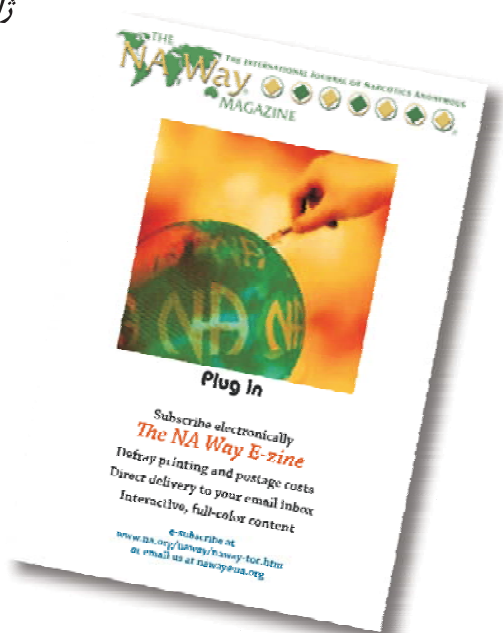
در ۱۹۹۳ نخستین مجمع آمریکای لاتین (که در حال حاضر گردهمایی کشورهای حوزه آمریکای لاتین نام دارد) با شرکت نمایندگان پنج منطقه در لیمای پرو برگزار شد؟ در سال ۲۰۰۱، گردهمایی کشورهای حوزه آمریکای لاتین با شرکت نمایندگان NA از نوزده کشور در سن‌خوزه کاستاریکا برگزار شد.

نشریات NA بیش‌تر از همه زبان‌ها به اسپانیایی ترجمه شده است؟

اولین کمیته خدماتی ناحیه‌ای - کمیته خدماتی ناحیه‌ای سن‌فرناندو ولی - در ۱۹۷۳ در شمال شهر لس‌آنجلس کالیفرنیا تشکیل شد؟

اولین سکه‌ها و چیپ‌های NA در ۱۹۸۲ تولید شد؟

ژانویه ۲۰۰۴



سیم‌ها را وصل کنید

اشتراک الکترونیکی

نسخه اینترنتی راه NA

صرفه‌جویی در هزینه چاپ و پست

ارسال مستقیم به ای‌میل شما

تعاملی، صفحات تمام‌رنگی

برای اشتراک الکترونیکی بروید به

www.na.org/naway/naway-toc.htm

یا برای ما به naway@na.org ای‌میل بفرستید

آیا می‌دانستید

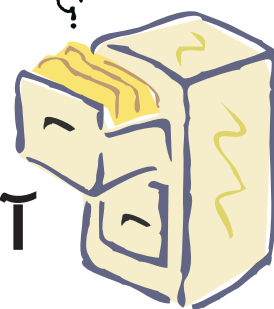
آیا می‌دانستید

آیا می‌دانستید

آیا می‌دانستید

آیا می‌دانستید

آیا می‌دانستید؟



انجمن معتادان گمنام از آغاز شکل‌گیری در ۱۹۵۳، راه‌درازی را پیموده است. ما از اولین جلسه که در سان ولی در کالیفرنیا آمریکا تشکیل شد، به برگزاری بیش از ۵۰،۱۶۵ جلسه هفتگی در بیش از ۱۳۰ کشور جهان رسیده‌ایم. تاریخچه انجمن ما مملو از وقایع گوناگون است، و ما می‌خواهیم گوشه‌هایی از این وقایع را، هم آن‌ها که ناشناخته‌ترند و هم آن‌هایی که مشهورند، با شما در میان بگذاریم. شما هم اگر واقعای تاریخی و جالب سراغ دارید، آن را برای ما به naway@na.org بفرستید، به شماره ۸۱۸،۷۷۰،۰۷۰۰ فکس بزنید یا به نام مجله راه NA به نشانی زیر ارسال کنید:

The NA Way Magazine PO Box 9909 San Nuys, CA 91409

در پنجاهمین سالگرد تشکیل NA در سن‌دیوگو کالیفرنیا در آمریکا در جولای ۲۰۰۳، جیمی جیمی کی اگر بود، ۵۳ سال پاکی می‌داشت؟

در آگست ۲۰۰۳ NA در ترینیداد نوزده‌ساله خواهد شد؟

سومین همایش NA در مجارستان در سپتامبر برگزار می‌شود؟ در حال حاضر هشت گروه NA در مجارستان وجود دارد، و اعضا می‌توانند در مناسبت‌های پاکی جاکلیدی‌هایی به زبان محلی بگیرند.

اولین متن مکتوب NA به نام کتابچه قهوه‌ای در ۱۹۵۴ منتشر شد؟

جیمی کی سرلوحه‌ای را که در مقدمه کتاب پایه آمده («ثمره کامل کوشش‌های عاشقانه به وقت درو بار می‌دهد، و موسم درو همواره به وقت خود فرا می‌رسد...»)، تلگرافی به جلسه کمیته متون مجمع خدمات جهانی آن زمان فرستاد؟ این تلگرام در ۷ فوریه ۱۹۸۱، به محل تشکیل جلسات (مفیس، تنسی، آمریکا) رسید. این جلسات - موسوم به مجمع جهانی متون - مشخصاً برای تهیه کتاب پایه بهبودی ما تشکیل می‌شد.

آیا می‌دانستید

آیا می‌دانستید

آیا می‌دانستید

آیا می‌دانستید

آیا می‌دانستید

هدف اصلی

«در انجمن معتادان گمنام، شیوه‌های زیادی برای سروسامان دادن به کارها وجود دارد. و درست به همان صورت که هر یک از ما صاحب شخصیتی خاص خود است، گروه شما هم هویت خود، شیوه‌های اجرایی خود و ابتکارهای خاص خود را در رساندن پیام NA به وجود خواهد آورد. باید هم همین‌طور باشد. در NA ما اتحاد را تشویق می‌کنیم، نه هم‌شکل شدن را.»

کتابچه گروه

انسجام و کارآمد بودن

در مفهوم هشتم آمده: «ساختار خدماتی ما به انسجام و کارآمد بودن ارتباطاتمان بستگی دارد.» می‌شود افزود که تقریباً همه چیز در معتادان گمنام به انسجام و کارآمد بودن ارتباطات ما بستگی دارد. از بهبودی شخصی گرفته تا وجهه ما نزد مردم، اتحادمان در مقام یک انجمن، در اختیار داشتن امکانات برای انتقال پیام، و بله، این که چه قدر به خدمت‌گزاران معتمدمان، اطمینان می‌کنیم.

ما می‌کوشیم در ارتباطاتمان صریح، صادق و شفاف باشیم؛ منتها این ویژگی‌ها را باید با هوشمندی و حساسیت متعادل کرد. صریح بودن خیلی وقت‌ها کار پیچیده‌ای است، مخصوصاً هنگامی که می‌دانیم حرفی که باید بزنیم ناخوشایند خواهد بود. ممکن است وسوسه بشویم که خبرهای ناگوار را لاپوشانی یا با انواع توجیه و تفسیرها همراه کنیم، ولی تأثیر این کار درست مثل عذر و بهانه تراشیدن به هنگام جبران خسارت خواهد بود.

صداقت یکی از اساسی‌ترین اصول NA است. پی‌روی از این اصل از همان ابتدای بهبودی، هنگامی که ما به عجز و آشفتگی‌مان اقرار می‌کنیم آغاز می‌شود؛ و سپس بر اثر ارتباط با یک راهنما و نیرویی برتر، در صادق بودن آزموده‌تر می‌شویم. رعایت شفافیت در ارتباطات، کار پیچیده‌ای است. اگر بخواهیم تمام جزئیات را بیان کنیم، ممکن است اصل مطلب گم بشود. از طرف دیگر، نباید آن قدر درگیر موجز حرف زدن شویم که جزئیات مهم از دست برود. بسیار مهم است که در انجمنی چنین چندصدایی و گونه‌گون، زبان ارتباطی ما دقیق، گویا و صریح باشد. برای ارتباط تأثیرگذار، باید مخاطبانمان را بشناسیم. باید بدانیم چه چیزهایی برای آنها مهم است. چه چیزهایی را می‌خواهند بدانند؟ چه چیزهایی را لازم است بدانند؟ ما باید از دیدگاه‌های آنان آگاه باشیم، حتی اگر با دیدگاه‌های ما فرق کند. چنین حساسیتی باعث می‌شود بفهمیم در چه مواقعی بهتر است نظرممان را ابراز نکنیم.

از همه مهم‌تر این است که ارتباطات در معتادان گمنام باید دوطرفه باشد، نه به صورت تک‌گویی. ما باید همان قدر که حرف می‌زنیم، گوش بدهیم. تک‌تک هیئت‌ها و کمیته‌های خدماتی، تک‌تک گروه‌ها، و تک‌تک اعضا، رکن رشد و ثبات NA هستند؛ و کمال ما در گرو شنیده شدن تک‌تک این صداهاست.

اکتبر ۲۰۰۰

NA در آفریقای جنوبی:

الماس خام

در ۱۹۹۱، در اتاق کوچکی در یک بازپروری در ژوهانسبورگ (ملقب به «تگزاس» آفریقای جنوبی)، من با بی‌میلی در اولین جلسه NA حاضر شدم. اتاق پر از دود بود، و هر پنج معتاد دیگری که در جلسه بودند، کتابی با جلد آبی روشن در دست داشتند و همه با هم حرف می‌زدند. من بیش‌تر از سرلج‌بازی با خانواده به جلسه رفتن ادامه دادم تا این باور که بدون مواد هم می‌شود زندگی کرد. ذهن آشفته و غبارآلودی داشتم، با این همه نمی‌دانم چه طور، جمله‌ای در این غبار نفوذ کرد: اگر همان بار اول را مصرف نکنی، توی مواد نمی‌افتی. در چهارم مارس ۱۹۹۲، در آستانه مرگ و زندگی، من آن بار اول کدایی را ترک کردم.

در اواخر ۱۹۹۲، در تمام محدوده ژوهانسبورگ فقط سه جلسه وجود داشت که سر جمع شش عضو دائمی بیش‌تر نداشتند. تمام کارهای خدماتی را یکی از اعضا بر عهده گرفته بود که او هم متأسفانه یکی دو سال بعد مصرف و سپس خودکشی کرد. در ژانویه ۱۹۹۳، به ما گفتند که اعضای فعلی باید تمام کارهای خدماتی را خودشان به عهده بگیرند، از تهیه نشريات و تلفن امداد گرفته تا اطلاع‌رسانی و H&I و نگهداری خزانه و غیره. ما هیچ علاقه‌ای به این کارها نداشتیم، اما عشق به انجمن کمک‌مان کرد.

امروز NA در ژوهانسبورگ رو به رشد است. کشور ما در حال تحول است و در این میان، متأسفانه ژوهانسبورگ به پایتخت مواد مخدر دنیا شهرت یافته است. اما به هرحال، فرصت انتقال پیام همیشه وجود دارد. در حال حاضر ما هر شب جلسه داریم، و اغلب بیش از یک جلسه برگزار می‌شود. در اکتبر ۱۹۹۸، هفتمین همایش کشوری ما در دوربان برگزار شد. در مجمع خدمات جهانی ۱۹۹۸ نیز برای اولین بار نماینده‌ای از کشور ما حضور داشت.

من در حال حاضر شش سال و چهار ماه است که پاک هستم و زندگی‌ام را به NA مدیونم. موهبت خدمت کردن از همان اوایل بهبودی، باعث شده یکی از آرزوهای من به واقعیت بپیوندد: امروز در آفریقای جنوبی، همه ما صرف نظر از نژاد، رنگ پوست یا عقیده، زیر چتر بهبودی در کنار هم هستیم.

جنت اف، آفریقای جنوبی

آوریل ۱۹۹۹

در مجمع خدماتی جهانی ۲۰۰۶، تصویب شد که منطقه آفریقای جنوبی در مجمع ۲۰۰۸، صاحب کرسی شود. این منطقه در حال حاضر متشکل از چهار ناحیه است و ۱۳۱ جلسه هفتگی دارد، و پانزدهمین همایش منطقه‌ای آن در اکتبر ۲۰۰۸ برگزار خواهد شد. این منطقه یک تلفن امداد کشوری (083.900.MYNA)، و همچنین یک وب‌سایت (www.na.org.za) دارد که در آن گفت‌وگوهای تعاملی جمعی اجرا می‌شود.

این ستونی است برای شما، درباره شما، و به قلم شما. از شما دعوت می‌کنیم تا هر معضلی را که ممکن است گروه‌تان یا کل NA در اجتماع شما با آن مواجه شده باشد با ما در میان بگذارید، همین‌طور در مورد راه‌حل قضیه، یا همان «ابتکار خاص» گروه که باعث شد باز هم به جلسات بیاید!



اسم با مسما

گروه روابط عمومی خدمات جهانی NA این روزها سرش خیلی شلوغ است. علاوه بر شرکت در نشست‌های مختلف با دست‌اندرکاران و همکاری با مناطق مختلف برای برنامه‌ریزی نشست‌های مشترک، پشتیبانی کارگروه بازنویسی کتابچه در مواقع بیماری را هم انجام می‌دهیم. ما پس از برگزاری کارگاه‌ها و میزگردهایی در کل انجمن، متوجه شدیم که دارودرمانی در دوران بهبودی، به‌نوعی جزو مقوله‌های «پراز تعصب» در NA است. کارگروهی که ذکر کردیم، در تلاش برای به‌روز کردن این کتابچه و افزودن بخشی در مورد مسائل مربوط به اختلالات روانی است. این کتابچه وارد مبحث درمان‌های دارویی جای‌گزین نمی‌شود، و در عوض تجربیاتی در آن ارائه خواهد شد در مورد دردهای مزمنی که با بیماری‌های دائمی و/یا لاعلاج همراه است. هیئت امنای جهانی امیدوار است که تا اول فوریه ۲۰۰۹، پیش‌نویس این کتابچه برای بررسی و نظردهی منتشر شود. در این مورد خبرهای جدیدی در شماره بعدی NA چاپ خواهد شد.

طرح دیگری که در دستور کار مجمع فعلی قرار دارد، تهیه «مبانی روابط عمومی» است. این متن، در واقع چکیده‌ای است از کتابچه روابط عمومی؛ و «مبانی روابط عمومی»، اسم فعلی این طرح است. این طرح هنوز در مراحل اولیه است، اما امیدواریم که در همین دوره مجمع به اتمام برسد.

اعضای انجمن مدام مکاتباتی با ما می‌کنند در این مورد که آیا هیئت‌های خدماتی باید کمیته اطلاع‌رسانی داشته باشند یا کمیته روابط عمومی. ما در جواب به این اعضا اطمینان می‌دهیم که منظور از انتشار کتابچه راهنمای جدید، تغییر نام این کمیته‌ها نیست، زیرا روابط عمومی یعنی برقراری و حفظ ارتباط ما با درمان‌گران، مشاوران تلفنی، دست‌اندرکاران مؤسسات بازپروری و غیره. علاوه بر این، ما به عموم مردم اطلاع می‌دهیم که معنادار گمنام برنامه‌ای مؤثر و معتبر برای بهبودی است. بعضی از کمیته‌های اطلاع‌رسانی تصمیم گرفته‌اند به «کمیته روابط عمومی» تغییر نام بدهند زیرا چنین اسمی برای وظیفه‌ای که این کمیته‌ها بر عهده دارند راسخ است، ولی بعضی کمیته‌ها هم همان اسم قبلی را نگه داشته‌اند. هر دو این‌ها درست است. بدنه‌های خدماتی هر یک باید در خود بازنگری کنند و بر مبنای هدف و وظیفه‌ای که بر عهده گرفته‌اند، آگاهانه تصمیم بگیرند که آیا تغییر نام کار درستی است یا نه.

نیز، بسیاری از خدمت‌گزاران معتمد پرسیده‌اند که آیا کمیته‌های فرعی اطلاع‌رسانی، H&I، و تلفن امداد نواحی باید در یک کمیته واحد ادغام شوند یا نه. این هم باز بسته به تصمیم همان بدنه خدماتی است، که معمولاً در روند بازنگری بر مبنای وظیفه، هدف، خدمت‌گزاران معتمد و امکانات مالی کمیته صورت می‌گیرد. ما شنیده‌ایم که بعضی از انجمن‌های کوچک‌تر NA، یک کاسه کردن این کمیته‌ها را مفیدتر می‌دانند، ولی نواحی بزرگ‌تر به این نتیجه رسیده‌اند که مجزا بودن کمیته‌های فرعی H&I، اطلاع‌رسانی و تلفن امداد، موجب خدمت‌رسانی بهتری می‌شود. مطلوب این است که ساختار هر کمیته‌ای بر مبنای وظیفه، امکانات (خدمت‌گزاران معتمد و منابع مالی) و میزان گستردگی NA در آن جامعه شکل بگیرد. فصل سوم کتابچه راهنمای روابط عمومی، به تدارکات کارآمد خدماتی اختصاص دارد و در ضمائم این کتابچه مأخذی ذکر شده که در کار برنامه‌ریزی و بازنگری مفید خواهد بود.

آگاهی از نظرهای شما مایه خرسندی ماست. شما می‌توانید نظرهایتان را مستقیماً برای ما به pr@na.org بفرستید.



گروه‌ها و هیأت‌های خدماتی NA می‌توانند مراسمی را که می‌خواهند برگزار کنند در مجله راه NA و تقویم آن‌لاین وقایع در www.na.org به اطلاع عموم برسانند. برای ثبت اطلاعات مراسم‌تان در مجله و تقویم آن‌لاین، کافی است روی لینک «na events» در سایت www.na.org کلیک کنید و دستورالعمل‌ها را دنبال کنید. اگر دسترسی به اینترنت ندارید، این اطلاعات را به نام NA Way به شماره ۸۱۸,۷۰۰,۰۷۰۰ فکس کنید یا به نشانی مجله راه NA (Box 9999; Van Nuys, CA 91409 USA) بفرستید. در مجله، فقط اطلاعات مراسمی چاپ می‌شود که چندروز ادامه باشند. اطلاعات مراسم تا یک هفته پس از پایان برگزاری در تقویم آن‌لاین باقی خواهد ماند. برای ثبت اطلاعات، لطفاً به برنامه زمانی انتشار مجله که در زیر چاپ شده، توجه داشته باشید.

شماره	مهلت ثبت اطلاعات رویداد	تاریخ برگزاری مراسم
ژانویه.....	۵ اکتبر.....	هفته دوم ژانویه تا هفته اول آوریل
آوریل.....	۵ ژانویه.....	هفته دوم آوریل تا هفته اول جولای
جولای.....	۵ آوریل.....	هفته دوم جولای تا هفته اول اکتبر
اکتبر.....	۵ جولای.....	هفته دوم اکتبر تا هفته اول ژانویه

Argentina

Cordoba 21-23 Nov; Convencion Regional Argentina 16; Luz y Fuerza, Villa Giardino; rsvns: 541143246659; www.na.org.ar

Bahamas

New Providence 31 Oct-2 Nov; Celebration 19-Bahamas Area Convention; British Colonial Hilton, Nassau; rsvns: 242.302.9000

Brazil

Sao Paulo 4-7 Dec; 16ª Convenção Regional do Brasil; Navio Zenith, Santos; rsvns: 55.11.2136.0800; www.16cma.com.br

Dominican Republic

Boca Chica 14-16 Nov; Dominican Republic Convention 7; Resort Don Juan, Boca Chica; rsvns: 809.687.9157; event info: 809.697.4073, martindiazbello@hotmail.com

Greece

Nafplion 24-26 Oct; Greek Regional Convention 8; Iria Mare, Nafplion; rsvns: 302752094267; www.na-greece.gr

India

Jharkhand 12-14 Dec; Indian Regional Convention 5; Galudih Inn, Galudih; rsvns: 91.9830042544; www.naindia.org/IRCNA5.htm

Luxembourg

Differdange 29-30 Nov; First Luxemburgish Convention; Differdange; 00352.621317000; www.na-luxembourg.org

Mexico

Baja California 24-26 Oct; Convención Baja California 16; Grand, Tijuana; rsvns: (USA) 866.472.6385, (Mex) 01800.026607; event info: 858.277.6438

New Zealand

Wellington 24-26 Oct; More Will Be Revealed Convention; Rutherford House, Wellington; www.nzna.org

Philippines

Misamis Oriental Province 9-11 Jan; Pilipinas Regional Convention 14; Pryce Plaza, Cagayan de Oro; rsvns: 63.88.858.4537; www.napilipinas.org

South Africa

Western Cape 24-26 Oct; South African Regional Convention 15; Dennebos/Pineforest, Cape Town; www.na.org.za/convention/convention.php

Spain

Barcelona 20-23 Aug; NA World Convention 33; Centre Convencions Internacional (CCIB), Barcelona; www.na.org/WCNA

Venezuela

Distrito Capital 14-16 Nov; Convencion Regional de Venezuela 5; Circulo Militar de Caracas, Caracas; www.na-venezuela.org

United States

Alabama 7-9 Nov; Greater Birmingham Area Convention 14; Sheraton, Birmingham; rsvns: 800.325.3535; event info: 205.422.7361; registration: 205.322.4033

California 9-11 Jan; Monterey Bay Area Convention 3; Monterey Convention Center/Portola Plaza and Spa, Monterey; rsvns: 831.649.4511; www.mbcna.org

2) 9-11 Jan; TAC Convention 9; Red Lion, Eureka; rsvns: 707.445.0844; www.tac-convention.org

Colorado 24-26 Oct; Colorado Regional Convention 22; Rocky Mountain Park Inn and Estes Park Conference Center, Estes Park; rsvns: 800.803.7837; www.nacolorado.org/crcna

Florida 7-9 Nov; Unidos en Recuperacion 4; Ramada Inn Gateway, Orlando; rsvns: 800.327.9170; www.orlandona.org

Georgia 31 Oct-2 Nov; West End Area 22nd Anniversary; Renaissance Concourse, Atlanta; rsvns: 888.391.8724; event info: 404.428.6897

Illinois 14-16 Nov; Lake Borderline Convention 2; Illinois State Beach Resort, Zion; rsvns: 847.625.7300; event info: 847.338.4479

2) 14-16 Nov; Greater Illinois Regional Convention 12; Northfield Inn Suites and Conference Center, Springfield; rsvns: 217.523.7900

3) 1-4 Jan; Chicagoland Region Convention 21; Hyatt Regency, Chicago; rsvns: 312.565.1234; www.crcxxi.org

Kentucky 31 Oct-2 Nov; Bluegrass-Appalachian Regional Convention 3; Ramada Conference Center, Lexington; rsvns: 859.299.1261; www.nakentucky.com

Maryland 31 Oct-2 Nov; Ocean Gateway Area Convention 11; Clarion Fontainebleau Resort, Ocean City; rsvns: 800.638.2100; event info: 410.251.3787

2) 28-30 Nov; Free State Regional Convention 16; Waterfront Marriott, Baltimore; rsvns: 410.385.3000; www.freestatena.org

Michigan 31 Oct-2 Nov; Southwestern Michigan Area Convention 4; Radisson Plaza, Kalamazoo; event info: www.michigan-na.org/sw_michigan

Mississippi 7-9 Nov; Surrender by the Seashore; Super 8 Motel, Biloxi; rsvns: 228.385.7919; event info: 228.249.1269;

Missouri 31 Nov-4 Dec; Freedom to Change 15; Hilton KCI, Kansas City; rsvns: 800.525.6322; www.ftckc.com

Nevada 31 Oct-2 Nov; Sierra Sage Regional Convention 13; Circus Casino, Reno; rsvns: 800.648.5010; www.ssrna.org

New Jersey 17-19 Oct; First Greater Atlantic City Area Convention; Clarion Inn and Convention Center, Atlantic City West; rsvns: 800.782.9237; event info: 609.271.8157

2) 28-30 Nov; North East New Jersey Area Convention 14; Doubletree Inn and Executive Meeting Center, Somerset; rsvns: 800.222.8733; event info: 862.368.6118

3) 31 Dec-1 Jan; Bergen Area Service Committee New Year, New Life 15; Hanover Marriott, Whippany; rsvns: 800.242.8681; speaker tape submission deadline: 10 Nov; www.bergenarea.org/events.html

4) 30 Dec-1 Jan; Greater Newark Area Convention 5; Marriott at Glenncap, Newark; rsvns: 201.836.0600; event info: 973.819.1073

New York 31 Oct-2 Nov; Western New York Regional Convention 13; Holiday Inn Grand Island, Grand Island; rsvns: 716.773.1111; www.nawny.org

2) 9-11 Jan; Nassau Area Convention 6; Long Island Huntington Hilton, Melville; rsvns: 631.845.1000; event info: 516.369.0062

Ohio 28-30 Nov; Greater Cincinnati Area Convention 17; Crowne Plaza, Cincinnati; rsvns: 800.227.6963; registration: 513.793.4500

2) 2-4 Jan; Central Ohio Area Convention 20; Renaissance Inn, Columbus; rsvns: 800.417.1057; www.nacentralohio.org

Oklahoma 16-18 Jan; Norman Winter Convention; Embassy Suites, Norman; rsvns: 800.362.2779; event info: 405.525.6578; speaker tape deadline: 30 Nov; write: Western Area of Oklahoma; Box 1455; Norman, Oklahoma 73070

Pennsylvania 21-23 Nov; Start to Live 26; Seven Springs Mountain Resort, Champion; rsvns: 800.452.2223; event info: 412.956.9103

South Carolina 23-26 Oct; Serenity Festival; Myrtle Beach Convention Center, Myrtle Beach; rsvns: 800.703.6507; event info: 910.409.0518

Tennessee 26-30 Nov; Volunteer Region Convention 26; Holiday Inn, Chattanooga; rsvns: 800.872.2529; event info: 423.517.0857

Texas 7-9 Nov; Best Little Region Convention 20; Clarion, Midland; rsvns: 432.697.3181; event info: 432.661.1920

Utah 7-9 Nov; Utah Region Indoor Convention 10; Prospector Square Lodge and Convention Center, Park City; rsvns: 888.283.3030; www.uricna.org

Vermont 7-9 Nov; Champlain Valley Area Convention 19; Sheraton, Burlington; rsvns: 802.865.6617; www.cvana.org

Wisconsin 24-26 Oct; Wisconsin State Convention 25; Sheraton, Brookfield; rsvns: 262.786.1100; www.wsnacna.org

دوست دارید حس کنید سهمی در کارها دارید؟

به www.na.org/wcna بروید و با تکمیل برگه

مشخصات، داوطلب خدمت در سی وسومین

همایش جهانی NA شوید!

سی وسومین همایش جهانی NA
**Amor sin
fronteras**
عشق بدون مرز



بارسلون، اسپانیا | ۲۳-۲۰ آگست ۲۰۰۹ (۲۹ مرداد - اول شهریور ۱۳۸۸)

محصولات جدید خدمات جهانی NA

ویراست ششم کتاب پایه



این ویراست جدید نشان‌دهنده تنوع بین‌المللی و قدرت انجمن ماست. کتاب شامل ده فصل در مورد «برنامه ما» و بخش جدیدی به نام «مشارکت‌های اعضای ما» است که تجربه‌های بهبودی اعضای NA از پنجاه و یک کشور در آن آمده است. سرگذشت‌های افراد به سه بخش تقسیم شده است: «آغازگران» (گلچینی از سرگذشت‌های چاپ‌های قبلی کتاب پایه)، «بازگشت به خانه» (گذر از اعتیاد به بهبودی)، «صرف نظر از...» (پاک ماندن صرف نظر از سن، نژاد، مذهب، جنسیت و غیره)، و «فرازونشیب روزگار» (دشواری‌ها و موفقیت‌های دوران بهبودی). ویراست ششم همچنین بخشی دارد به نام «اندیشه‌ها» که شامل چکیده‌ای از تمام سرگذشت‌ها، و همچنین تجربه‌های چندخطی اعضاست. آماده فروش با دو نوع جلد سخت و نرم.

سکه‌های برنز با اعداد رومی

سکه‌های سنتی برنز به انگلیسی، کاستیلی و فرانسه.

Item No. 43XX Price US \$2.75

Japanese

فقط برای امروز

今日だけ

Item No. JP-1112 Price US \$7.70



Norwegian

دوازده مفهوم خدماتی NA

Toto konsepter for NA service

Item No. NR-1164 Price US \$1.75

آن سوی دیوارها

Bak Murene

Item No. NR-1601 Price US \$0.81

NA: منبعی در اجتماع شما

AN: En ressurs i ditt lokalsamfunn

Item No. NR-1604 Price US \$0.32

مجموعه شش تایی پوستر

Item No. NR-9070 Price US \$8.60

پوستر دوازده مفهوم

Item No. NR-9077 Price US \$2.85



Hungarian

جزوه شماره ۱۶: خطاب به تازه‌وارد

Az újonnan érkezőnek

Item No. HU-3116 Price US \$0.021

جزوه شماره ۲۲: به NA خوش آمدید

Üdvözlünk a Narcotics Anonymous-ban

Item No. HU-3122 Price US \$0.21

Lithuanian

دوازده مفهوم خدماتی NA

Dvylika Konceptų NA Tarnybai

Item No. LT-1164 Price US \$1.75

Nepali

جزوه شماره ۸: فقط برای امروز

आजको निम्ति मात्र

Item No. NE-3108 Price US \$0.21



Russian

دوازده مفهوم خدماتی NA

Двенадцать Концепций Служения АН

Item No. RU-1164 Price US \$1.75

جاکلیدی

تازه‌وارد و چند سال پاکی

Item No. NE-4100—4108

Price US \$0.45/each





در دست انتشار

کتاب پایه چاپ نفیس



به مناسبت بزرگداشت بیست و پنجمین سال انتشار کتاب پایه - و همچنین انتشار ویراست ششم - با تیراژ محدود و انگشت شمار. با جلد زیبای چرمی نقره کوب به رنگ آبی و بنفش، و نقش برجسته NA. در صفحه آغازین کتاب، نشان سه بعدی NA به شکل زیبایی طراحی شده که همراه با این جملات آشناست: ...باشد که یک معتاد، هر معتادی، بتواند مصرف مواد مخدر را ترک کند، از میل به مصرف رهایی یابد، و راه تازه‌ای برای زندگی پیدا کند. این چاپ تا اواخر نوامبر ۲۰۰۸ آماده خواهد شد.

Item No. 1103 Price US \$25.00

سکه‌های سه رنگ با اعداد رومی

سکه‌های جدید با طرح سه رنگ بر زمینه طلایی. این سکه‌ها با ترکیب رنگ‌های متفاوتی ارائه خواهد شد. قیمت هر سکه ۲۰ دلار و برای سفارش‌های بیش از ۲۵ عدد، ۱۶ دلار است. سکه‌ها تا اواخر ۲۰۰۸ آماده خواهد شد.

برزیلی / پرتغالی و عبری

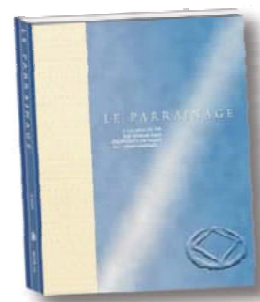
سکه‌های برنز با اعداد رومی
سکه‌های سنتی برنز به برزیلی / پرتغالی و عبری

French

راهنما و رهجو

Le parrainage

Item No. FR-1130 Price US \$7.00



جزوه‌های خدماتی

تاریخ انتشار: اواخر ۲۰۰۸

آشنایی با جلسات NA

این جزوه که بر مبنای نظرخواهی از اعضا بازنویسی شده، به شکل صمیمانه‌ای جلسات NA را به خواننده معرفی می‌کند. در این جزوه توضیحاتی آمده است در مورد بعضی از آداب و رسوم احتمالاً ناآشنا برای کسانی که برای اولین بار در جلسه شرکت می‌کنند. رهنمودهایی نیز برای حفظ حال و هوای بهبودی به گروه‌ها ارائه شده است.

رهبری

مفهوم چهارم ما بر اهمیت رهبری کارآمد در کیفیت خدمت‌رسانی در NA تأکید می‌کند. این جزوه در مورد به اجرا درآوردن اصول ما در کارهای خدماتی است. در این جزوه به برخی از مهارت‌ها و مشخصات رهبران کارآمد نیز اشاره شده است، و پیشنهادهایی ارائه شده در این مورد که هیئت‌های خدماتی چه کارهایی می‌توانند برای جذب و پرورش چنین رهبرانی انجام دهند.

فواید خدمت

در کتاب پایه ما آمده است: «خدمت، فرصت رشد را در اختیار ما می‌گذارد، به گونه‌ای که بر تمام جنبه‌های زندگی ما اثر خواهد گذاشت.» این جزوه، مختصری است در مورد بعضی از فواید خدمت برای تک‌تک ما در مقام فرد، و برای NA در کل.

