

ماهنامه بهبودی خدماتی شورای منطقه یک ایران

سال ششم شماره ۵۸ مهر ماه ۱۴۰۲

وقتی تصمیم می‌گیریم به NA خدمت کنیم، در واقع تصمیم می‌گیریم به معتادان در دستیابی به بهبودی و حفظ آن کمک کنیم. باید انگیزه‌های خود را در خدمت با دقت بررسی کنیم و به یاد داشته باشیم که گریزانیدن معتادان در حال مصرف از متقاعد کردن آنها برای ماندن آسان‌تر است. وقتی به آنها تقلب، فریبکاری یا فخرفروشی نشان دهیم، تصویر غیر جذابی از بهبودی را به نمایش می‌گذاریم. اما تمایل عاری از خودپسندی به خدمت به دیگران، محیطی جذاب را برای معتادی که هنوز در عذاب است، به وجود می‌آورد.

فقط برای امروز (۲۶ آذر)



عشق و آگهی

سلام و درودی پر مهر خدمت خوانندگان و همراهان مجله **«یک وعده هزاران پاداش»** باز آغاز پائیزی رنگارنگ و مهر افزون، باز قیل و قال و کیف و کتاب و مدرسه. در انجمن خوشنام NA، ما هم خوشبختیم که همواره مهر است و در حال آموختن هستیم. ما نیز در این مدرسه بزرگ بهبودی مشق عشق می‌کنیم.

در بدو ورود به انجمن و در آغازین روزهای ورودمان، گویی رازی را جستجو می‌کردیم که اینجا کجاست و آنها چگونه پاک مانده‌اند؟ چگونه ممکن بود همدردی که تا دیروز در دالان‌های تاریک ترس و انزوا پرسه می‌زد، اینک بر روی صندلی گفت و شنود طاقت آورد، کتاب بخواند، ساعت‌ها گوش کند، پیام‌زد و روزی کمر به خدمت ببندد و به آموزش بپردازد؟ آری، عشق بدون شرط آشکارترین و ساده‌ترین راز حیات ما شد. ماه مهر است و ما در مکتب مهر شما حاضر هستیم. دریافت نامه‌ها، تجربیات و آگاهی شما گواهی می‌دهد که اینجا مهر عاشقانه‌ایست که پویایی انجمن را تداوم خواهد بخشید.

تیم خدمتگزاران این نشریه با تمام توان و بضاعت اندک خویش می‌کوشد تا پیام‌رهای از اعتیاد فعال را به همدردان خود برساند. استمرار در ارسال مطالب، داستان‌ها و تجارب شما، باعث کامیابی ما در این مسیر خواهد بود. چشم انتظاریم تا نسیم مهرتان، این نشریه را وزین کند. پنجاه و هشتمین شماره از نشریه «یک وعده هزاران پاداش» تقدیم نگاه پرمهرتان باد.

سردبیر نشریه
حمید.ن

ماجرای یوهب: مشارکت کن! (صفحه ۳)

زندانیان های خود ساخته دیگر کار نمی کنند (صفحه ۵)

روایاتی که به واقعیت تبدیل می شوند (صفحه ۷)

تجربه ۱۲ ماه خدماتی (صفحه ۸)

معجزات به وقوع می پیوندد. (صفحه ۹)

معرفی نواحی شورای منطقه یک ایران (صفحه ۱۱)

فهرست مطالب



لطفا برداشت های خودتان از تصویر مقابل را در چند سطر برای ما ارسال نمایید.
مطالب ارسالی شما را در صفحات مجازی مجله به اشتراک گذاشته و مطالب برگزیده در شماره بعدی چاپ می گردد.

■ نشریه داخلی NA منطقه یک ایران تهیه شده در کمیته مجله بهبودی، خدماتی

■ با تشکر از تمامی اعضای که ما را در تهیه این مجله یاری دادند.

■ شورای انطباق: محمد.الف - سیاوش.س - محمد.ر

■ آدرس: تهران، صندوق پستی: ۱۶۷۶۵-۱۷۵۵

✉ vaadeh@nairan1.org

🐦 @Vaadeh_ir

🐦 @vaadeh



۰۹۱۲۹۵۷۶۶۴۸



۰۹۱۲۹۵۷۶۶۴۸



@vaadeh.ir



۰۹۱۲۹۵۷۶۶۴۸



برای مشاهده
نسخه دیجیتال نشریه
مجله مقابل را اسکن کنید



ماجرای

یوهپ

این داستان:

مشارکت کن!

یوهپ چرا مشارکت نمی‌کنی؟

نترس! دستت را ببر بالا و فقط بگو خدا را شکر که امروز پاکم... این‌ها جملاتی بودند که روزهای اول پاک‌ام اعضای قدیمی‌تر به من پیشنهاد دادند. منظورشان این بود که

«مشارکت کن» و من متوجه شدم مثل اینکه مشارکت کردن تاثیر به سزایی در بهبودی من دارد. اعضای قدیمی می‌خواستند من هم حرف بزنم تا اصطلاحاً کله‌ام رو خالی کنم. من معمولاً فکر می‌کردم چیزی برای گفتن ندارم و می‌گفتم من که چیزی بلد نیستم و نمی‌تونم مثل بقیه صحبت کنم.

یکی از دوستانم با استناد به کتاب فقط برای امروز گفت اتفاقاً تو در نوع خودت منحصر به فرد هستی و هیچ‌کس به طور کامل مثل «یوهپ» نیست. قراره راجع به خودت مشارکت کنی.

من نمی‌دانستم از کجا شروع کنم. در همان ایام در یک کارگاه آموزشی هم شرکت کردم که با موضوع چگونگی و نحوه مشارکت (مشارکت کلامی) صحبت می‌کردند. این مسئله ترس مرا بیشتر کرد، چون فهمیدم مثل اینکه به همین سادگی نیست و مشارکت هم برای خودش حساب و کتابی دارد.

تا قبل از این کارگاه آموزشی فکر می‌کردم در جلسات در یک مسابقه عجزگویی شرکت

«هر چیزی که زندگی یک معتاد در حال بهبودی را تحت تاثیر قرار دهد موضوعی است که می توان آن را با دیگران مطرح کرد»، (در واقع آن مسئله ای که روی قدرت من برای پاک ماندن و رشد روحانی اثر بگذارد) اما بهتر است قبل از مشارکت از خودم بپرسم: - آیا درباره خودم حرف می زنم یا عقیده ای را تفسیر می کنم؟

- آیا هنوز در مشکل گیر دارم یا دنبال راه حل می گردم؟
- آیا حرف هایم موجب اتحاد می شود یا تفرقه ایجاد می کند؟

- آیا در حال تسویه حساب شخصی با کسی که از او رنجش دارم هستم؟

خلاصه اکنون پس از مدت ها به تازگی متوجه شدم که باید تمرکز روی خودم باشد و اجازه ندارم مشارکت دیگران را سازماندهی کنم و به آنها بگویم چطور مشارکت کنند. می توانم فقط الگوی مناسبی برای آنها باشم نه اینکه به آنها درس اخلاق بدهم.

البته در جایی که به جای «بوهپ» بودن دیگران مرا NA و یا نمادی از انجمن می بینند بهتر است با ملاحظه تر و پخته تر حرف بزنم. مبدا اگر کسی از بیرون ببیند فکر کند حرف های من نظر انجمن است، (فارغ از خودسانسوری).

نهایتا کلام آخر اینکه اول خوب گوش می کنم (گوش کردن فعال) و در صورت لزوم من هم تجربه خودم را با دیگران شریک می شوم و با در میان گذاشتن آنچه که دارم و از شما کسب کرده ام را برای خودم حفاظت کنم. مدتی هم نحوه مشارکت من غیر کلامی بود. صحبت نمی کردم و از طریق همکاری و مساعدت با خدمتگزاران شریک جلسات بودم. خودم فکر می کردم دارم از خودگذشتگی می کنم و فرصت را به دیگران می دهم. اما راهنمایم متوجه سکوت من شد و گوشزد کرد هر کاری برابری را شکل دهد و گمنامی رعایت شود را انجام بده. مشارکت، هم بصورت کلامی و هم غیر کلامی دارای اهمیت بسیاری در بهبودی ما هست. من هم امروز طبق پیشنهاد راهنمایم با رعایت تعادل در مشارکت، احساس تعلقم بیشتر شده است.

کرده ام و هر کسی خودش را بیشتر بگوید و تحقیر کند تشویق بیشتری دریافت می کند.

چون شنیده بودم اینجا باید بشکنی تا بزرگ شوی بنابراین شروع کردم به مشارکت از عجزهای خیالی و غیر واقعی و غلو کردن در مشارکت...

حتی با وجود این نوع حرف زدن ها از تحقیر، نصیحت و سرزنش هیچ کس خبری نبود.

حالا دیگر هر روز یعنی در تمام جلسات مشارکت می کردم، به گونه ای که برای بقیه اعضا آزار دهنده شده بود، چون فکر می کردم باید اینگونه حقم را از جلسه بگیرم.

به مرور و با پیشرفت در بهبودی متوجه شدم باید مشارکت حاوای تجربه، نیرو و امید باشد. با راهنمایم مشورت کردم و ایشان هم به من پیشنهاد داد در مورد مسائل و موضوعات زیر مشارکت کنم:

- اینکه اخیراً چگونه بیماریم فعال بوده و من چطور با استفاده از اصول توانستم بر آن چیره شوم.

- وسوسه هایم (البته تا جایی که گمنامی ام به خطر نیفتد)

- تاثیرات رفتارهای خود محورانه ام بر زندگی خودم و اطرافیانم

- اقرار به اعتیادم و شکستن انکارم

- راجع به بحران های زندگی و چگونگی عبور به سلامت از آن ها (مثل فوت مادرم)

- چگونگی در رفتن افسار زندگی از دستم (غیر قابل اداره شدن) و دلایل آن

- نشانه های داشتن و یا نداشتن سلامت عقل بعد از مدتی

بودن در برنامه و در واقع به طور کلی بیان افکار، احساسات و اعمالم با کمی طبقه بندی

من هم شروع کردم به مشارکت با موضوعاتی که راهنمایم پیشنهاد داد و مواردی که عمومیت داشت را در جلسه می گفتم. برخی موارد که احتمال شکستن گمنامی وجود داشت را به دوستان نزدیک تر، و موارد خاص را فقط به راهنمای خودم می گفتم.

به مرور متوجه شدم برگه گرداننده جلسه بهبودی که می گوید «در جلسات هر عضو فقط راجع به خود و تجربه اش مشارکت می کند»، به صورت واضح برایم مشخص کرده که بهتر است چه بگویم و چگونه بگویم.

با کارکرد سنت ها به خصوص در سنت دهم متوجه شدم



« برای خرید مواد راه می‌افتم؛ نگاهی به پول‌هایم می‌کنم. با این پول هم باید مواد بخرم، هم مسیر رفت و برگشت تا رسیدن به خانه و مصرف را طی کنم. پولم کافی نیست. ناچارم انتخاب کنم کدام مسیر را پیاده طی کنم! طبیعتاً برای من باید مسیری باشد که کم‌خطرتر از سایر مسیرها باشد. دارم به این فکر می‌کنم که مسیر رفت را پیاده بروم یا مسیر برگشت را؟ خب اگر مسیر رفت را انتخاب کنم، کم‌خطرتر است. موادی با من نیست که اگر دستگیر شدم، نگران باشم. پس بهتر است مسیر برگشت را با ماشین بیایم. ولی با خماری چه کار کنم؟ چیزی در وجودم رسیدن سریع به مواد را فریاد می‌زند. اصلاً وقتی موادم پیشم نیست آشفته‌ام. فقط کافی است احساس کنم جنسم جور است. حتی اگر مصرف هم نکرده باشم، امید در من زنده می‌شود. امید به نشئه‌گی....»

بارها و بارها این تجربه را داشتم. کدام یک از اینها برای من اولویت دارد؟ زودتر رسیدن به مواد یا مطمئن‌تر رفتن؟ از آنجا که هیچ کدام از کارهای من عاقلانه نیست (یا به قول برنامه سلامت عقل در من نیست)، انتخابم مثل همیشه غلط است. برای همین زودتر رسیدن به مواد و فرار از خماری را انتخاب کردم. برای همین با عوض کردن چند تاکسی و اتوبوس به مقصد رسیدم. مواد را گرفتم و حالا موقع برگشت است. ناگزیرم بخشی از راه را پیدا طی کنم. درحالی که خطر دستگیری همراه با مواد برایم قابل تصور است. یا باید جایی پیدا کنم که به سرعت آن را مصرف کنم. یا باید تا خانه صبر کنم. این هم از آن دوراهی‌های پر تکرار زندگی است که عموماً من را به شرایط تحقیرآمیز و خطر می‌انداخت. بگذریم از اینکه اواخر دیگر هیچ کدام از اینها اهمیتی نداشت. حتی نگاه‌های تحقیرآمیز کسانی که با تمسخر و یا تحقیر می‌گفتند: لااقل یک جای دیگه برو خاک رو سرت بریز....

آن روزها اما هنوز این حرف‌ها برایم مهم بود. باید خودم را در حالتی مطمئن به خانه می‌رساندم. راه خیابان نزدیک‌تر، اما خطرش بیشتر بود. خیلی حال‌گیری است که خمار باشی، موادت رو خریده باشی و در نهایت با یک بازداشت کوتاه مدت همه چیز بر باد برود. هم پول رفته، هم جنس، هم تحقیر شده‌ای و خماری پشت خماری.

برای همین رفتن از کوچه‌ها را انتخاب کردم. گرمای آسفالت به صورتم می‌خورد. کوچه‌ها خلوت است. گاه‌گاهی بچه‌ها بازی می‌کنند. از کنارشان که رد می‌شوم یاد دوران شادابی و کودکی می‌افتم که چه روزهایی را صبح تا شب در کوچه سر می‌کردم. دربی‌ل‌زن برتر محله بودم که، صبح تا شب را با یک توپ سر می‌کردم. اما حالا..... اینکه از کنار توپ با بی‌تفاوتی بگذرم یا لگدی به آن بزنم بستگی به این داشت که نشئه باشم یا خمار؟ رفتن از کوچه پس‌کوچه‌های قدیمی من را یاد خاطراتم انداخت. دوستانی که با آنها رفاقت کردم، بزرگ شدم، مصرف کردم و بعد.... همیشه همین‌جاها که به ذهنم می‌رسید وضعیت وخیم میشد. دریایی از رنجش و نفرت در درونم شروع به جوشیدن می‌کرد.

این رسیدن به واژه بعد، یعنی تکرار هزار باره خاطرات کسانی که روزگاری از بهترین و با معرفت‌ترین افراد زندگی من بودند، اما بعدها سر «یک مقدار مواد» یا مقداری پول همه چیز را زیر پا می‌گذاشتیم. و دوباره «بعد» از آن «بعد» اولیه رنجش دیگری پشت رنجش بالا می‌آید.... احساس تنهایی.... واقعا چقدر من تنهام.... خسته‌ام... اما انگار راهی برایم نیست.

حتی انگار تنهایی بهتر از این است که دوباره کسی از من سواستفاده کند. من تنهام! تنها جنس می‌خرم. تنها مصرف می‌کنم و تنهایی نشئگی را سر می‌کنم. خمار می‌شوم و دوباره این چرخه از اول طی می‌شود. ولی همین تنهایی که همدم روزهای امروزم هست، بزرگترین دشمن من نیز هست.

خاطره بالا شرح یکی از صدها روزی است که عین همین خاطرات برای من تکرار می‌شد. این تنهایی اما سالهاست پایان یافته. کتاب پاک زیستن جمله‌ای دارد که خلاصه همه این حرف‌هاست. جایی که در بخش آزادی می‌گوید: «زندانی‌های خودساخته‌ی مان دیگر برای مان کار نمی‌کنند». من با انجمنی آشنا شدم که در آن هر لحظه، هر جا امکان این را دارم که به یکی از دوستانم زنگ بزنم و او عاشقانه تلاشش را حداقل برای شنیدن درد و دغدغه من داشته باشد. من سال‌هاست دیگر وقتی در خیابان راه می‌روم خودم را تنها حس نمی‌کنم. احساس می‌کنم متعلق به یک جمعی بزرگتر هستم. جمعی که به من کمک کرد از تنهایی خارج شوم.

روپاهایی که در گذشته‌های
دور رها کرده‌ام
حالا می‌توانند به واقعیت
تبدیل شوند.

Dreams we gave
up long ago can
now become
realities



که پاک بودند و با زندگی کنار می‌آمدند الهام بخش من بودند و خداوندی که درک می‌کردم و همواره در کنارم بود همگی به من کمک می‌کردند تا بر ترس‌ها و ناکامی‌هایم غلبه کنم. بعد از گذشت حدود دو سال در بهبودی، شروع کردم به دنبال کردن بعضی از آرزوهای بزرگی که در زندگی داشتم. احساس «کمتر بودن» که در اعتیاد فعالم فراگرفته بودم دیگر مثل سابق قدرتمند نبود و من در کمال شگفتی متوجه شدم که در رشته انتخابی‌ام واقعا استعداد دارم. گاهی دل‌سردی به سراغم می‌آید ولی من یاد گرفته‌ام که تعریف و تمجید دیگران را بپذیرم و امروز انتظار دارم در کاری که انجام می‌دهم خیلی خوب باشم.

من در رویاهای معتادگونه‌ام که با مواد مخدر برانگیخته می‌شدند، خودم را یک نویسنده یا تاریخ‌دان تصور می‌کردم ولی در عمل هیچ اقدامی نمی‌کردم که این رویاها به واقعیت تبدیل شود. در بهبودی شروع کردم به قدم برداشتن در راستای این آرزوها و با کمک NA به بیشتر آرزوهایم دست پیدا کرده‌ام. البته می‌دانم کارهایی که آدم در زندگی موفق به انجام آن می‌شود مساوی با بهبودی نیست ولی برای من پاک شدن قدمی بود به سوی تبدیل شدن من به کسی که خدای من می‌خواهد. تنها من نبودم؛ در انجمن شاهد این بوده‌ام که دیگر معتادان در حال بهبودی پاک می‌شوند، رویاهای‌شان را پیدا می‌کنند و آنها را به واقعیت بدل می‌نمایند.

امروز آرزوهای جدیدی در سر دارم و یک باور قوی که می‌دانم آرزوهایم می‌توانند به واقعیت پیوندند. بدک نیست برای معتادی که نمی‌توانست برای یک خرید ساده بیرون برود.

اسم من شین است و یک معتاد هستم. ده سال است که با کمک و راهنمایی انجمن NA پاک شده‌ام. دو سال اول بهبودی‌ام در سایه عشق و مراقبت مداوم دوستان همراهم در انجمن سپری شد. من هر روز به جلسه می‌رفتم و وقتی هم در جلسه نبودم، هیچ وقت از همراهی یک معتاد در حال بهبودی دیگر دور نمی‌ماندم. در اوایل بهبودی از فرصت ملاقات با افراد و دوست شدن با آنها برخوردار شدم و در طول ده سال گذشته، شاهد رشد و بالندگی خودم و آنها بودم. چیزی که وقتی در چند ماه پستی در جلسه‌ی ساعت یک بعد از ظهر خیابان آبی (Abbey Street) می‌نشستیم، تصورش را هم نمی‌کردم.

امروز که به زندگی گذشته خودم در اعتیاد فعال فکر می‌کنم، فقط کسی را به یاد می‌آورم که مدام در ترس بود. کسی که باور داشت برای انجام ساده‌ترین کارها مثل صحبت کردن با دیگران یا حتی یک خرید ساده از مغازه باید مواد مصرف کند. صادقانه فکر می‌کردم مواد مخدری که مصرف می‌کنم از من آدم بهتری می‌سازد، که بهتر بتوانم رویاهایم را دنبال کنم. غافل از آنکه هر چه در اعتیاد فعالم بیشتر فرو می‌رفتم، رویاهایم از من دورتر می‌شدند تا اینکه سرانجام با این حقیقت روبرو شدم که مواد مخدر دارد توان انجام هر کاری را از من سلب می‌کند.

ترسی که در اعتیاد فعالم احساس می‌کردم، با قطع مصرف از من دور نشد اما در بهبودی ابزارهایی برای روبرو شدن با آن به دست آوردم. وجود یک راهنما که مرا باور داشت بسیار مهم بود. دوستانی

تجربه ۱۲ ماه خدماتی



سالیان زیادی است که توفیق خدمات انجمن نصیب شده‌است و به واسطه آن خدمات آموختم که:

- ۱- اقرار می‌کنم که رفتارهای اعتیادی من در فضای خدماتی باعث از بین رفتن اتحاد، دوستی و رفاقت شده و هرگز با نواقص شخصیتی به بیداری روحانی نخواهم رسید.
- ۲- زیاده‌گویی در مورد موضوعات باعث ناشنوا شدن دیگران می‌شود. قرار نیست در هر مسئله‌ای اظهار نظر کنم؛ گاهی اوقات سکوت و گوش کردن به صحبت‌های دیگران است که موجب می‌شود وجدان من بیدارتر و خدماتم موثرتر شود.
- ۳- با قضاوت و پیش‌داوری به پیشنهادهای دیگران نگاه نکنم؛ اگر با کسی مخالف هستم و نمی‌توانم صحبت‌هایش را گوش کنم، پس بلوغ بهبودی ندارم. سعی کنم در تصمیم‌گیری‌ها به صدای مخالف و صدای تنها توجه بیشتری

صمیمیت ندارد و فقط از فاکتور صراحت پیروی می‌کند، زخم زبان است. پس باید اصل روحانی انصاف را در کلام رعایت کنم، چون حرف من ممکن است چنان زخمی بر قلب دیگران بزند که با سال‌ها تلاش هم نتوانم آن را ترمیم کنم و التیام بخشم.

۹- فهمیدم که خدمت در NA گرفتنی نیست، بلکه امانت و مسئولیتی است که فقط با روحیه همکاری و همدلی می‌توانم آن را به دیگران برگردانم.

۱۰- برای روحیه همکاری و مشورت با دیگران باید دیدگاهم را وسیع‌تر کنم و فقط به مشکل خود، سهم خود و سوال خود نپردازم. در صحبت‌ها از کلمه و جمله‌های ساده، سنجیده و سازنده استفاده کنم.

۱۱- جاذبه در انجمن به حرف زدن نیست، باید صدای عمل‌کردم رساتر از صدای حنجره‌ام باشد. باید طوری وارد ساختار خدماتی شوم که انگار می‌خواهم از دوستانی که حیات و بقای من به تجربه آنها بستگی دارد پیام بگیرم، نه اینکه فکر کنم جلسه خدماتی یک جلسه محاکمه هست که دیگران را متهم و مجرم قلمداد کنم.

۱۲- در آخر متوجه شدم ساختاری که از حالت خدماتی خارج شود و نگاه حکومتی در آن وجود داشته باشد صدای گروه‌ها در آن شنیده نخواهد شد. پس برای ورود ایده‌های جدید و ایجاد بستری مناسب برای بقیه خدمتگزاران، بعضی مواقع بهترین خدمت کنار کشیدن از خدمت خواهد بود.

محمد الف از خراسان جنوبی بیرجند

داشته باشم تا بتوانم یک موضوع را همه جانبه بفهمم و بررسی کنم.

۴- با روحیه فروتنی و ترازنامه خدماتی وارد ساختار شوم و اگر قرار است برای پست خدماتی کاندید شوم، مهارت، مسئولیت‌پذیری و توانایی آن را داشته باشم. چون خدمات با تعهد به بهترین شکل ممکن انجام می‌شود، نه با توهّم و توقعات ما.

۵- برای مطلع شدن از اوضاع و احوال، در جلسات از چشم و گوش خود استفاده کنم؛ یعنی گوش کنم، مطالعه کنم و ارتباط برقرار کنم. عقاید و نظرات شخصی خود را بر دیگران تحمیل نکنم و اگر پیشنهادی داشتم فقط آن را ارائه نمایم. پافشاری و اصرار بر روی پیشنهادات باعث خواهد شد دوستان من بیشتر با من مخالف باشند و در نهایت مرا طرد کنند.

۶- گزارش‌های خدمتگزاران را با روحیه فروتنی و خوش‌بینی مطالعه کنم، نه با روحیه طلبکارانه. گزارشاتی را که از روی فکر نوشته می‌شود، بدون فکر زیر سوال نبرم. چون ممکن است به‌واسطه سوالات بی‌دلیل من روحیه خدمت از خدمتگزاران گرفته شده و از خدمات دلسرد گردند.

۷- از بیان آنچه باعث دودستگی و تفرقه می‌شود خودداری نموده و مسائل را طوری بیان کنم که باعث روحیه وحدت، صلح و حمایت دیگران گردد. سوال‌های من از خدمتگزاران باید بر مبنای اصول روحانی و رسیدن به فهم مشترک باشد نه بر مبنای تحقیر و یا تهدید دیگران. سعی کنم تا هیچ شخصیتی گوش‌های مرا کر نکند که نتوانم صدای اصول را بشنوم.

۸- روابطم با دیگران باید توأم با صداقت، صمیمیت و صراحت باشد؛ رابطه‌ای که صداقت و

«معجزات به وقوع می پیوندد»!



بعد مدت‌ها یه دوستی زنگ زد که بیا گرداننده بشین. پرسیدم: کجا؟ صدا قطع و وصل میشد. اما یه چیزی اون وسط مَسْطاً به صورت نامفهومی شنیدم که گفت: پرند... ددد. گفتم: خب، بلدم. عجله‌ای بود. دقیقاً می‌دونستم کجاس. قبلاً یه بار رفته بودم، «خودم بلد بودم».

دو ساعتی راه بود. به هر زحمتی بود، رسیدم. جلسه هنوز شکل نگرفته بود. رفتم و پشت میز منشی نشستم و گردنی گرداننده رو انداختم گردنم. روم نشد بیرسم موضوع جلسه چیه؟ دو سه نفری بیشتر نبودیم و همه دَسْت و پا میزدن که جلسه رو آماده کنن. دوستی اومد جلو و خوش آمد گفت و پرسید: شما؟ گفتم: غلامم، خیلی غلامم. منشی تون گفت، خودش گفت بیا.

با تردید گفت: باشه، خوش اومدی داداش. البته که یه ساعت پیش خودشم به من زنگ زد گفت که مریضه، امروز نیاد. در مورد گرداننده هم قرار بود که اما خب، خدارو شکر که شما اومدین، من نایب گروه‌م و در خدمت هستم. اینو گفت و اومد کنارم نشست.

یه تابلو داشتن که وسط جلسه روی دیوار نصب شده بود. از دیدرس من خیلی دور بود، کوچک هم بود. رنگ ماژیکش هم جونی نداشت. به زور خوندم رو تخته نوشته، سنت ه...ش...تم.

شروع شد. هی پمفلت‌ها رو میخوندن و منم غرق در افکار خودم بودم. سنت هشت! آخه چرا؟! چی بگم؟

از کجاش بگم؟ یه جوری بگم بترکونه. اینجا چرا اینجوریه؟ نایب اینه؟ نماینده کدومه؟ یا خدا شاخ نداشته باشن تو گروه! ماشینو بد جایی پارک کردم. شب رسیدم یه زنگی به اسمال آقا صاحبخونه بزنم ببینم تکلیف امسال مون چی میشه. شام چی داریم؟ زنه امروز چش بود؟

خلاصه در دسرتون ندم، رفتم تو دل موضوع! از اینورش می رفتم از اونورش در میومدم. هر چه بلد بودم و شنیده بودم، زدم تنگش. اینقدر بر اوضاع مسلط بودم که حیرت رو در چشم دوستان مشاهده می کردم. اون بخشی هست که میگه: «... مالی، ملکی، شهرت!... اونو خوب شکافتم. طوری که دیگه ریز ریزشم نمیشد از کف جلسه جمع کرد.»

بالاخره وقت من با چند بار تذکر و التماس و لگد زیر میزی نایب گروه، که عرض کردم جای منشی موقت نشسته بود، تموم شد و رفتیم سراغ مشارکت اعضاء. سکوتی غریب جلسه رو فرا گرفته بود. حسم می گفت که چیزی باقی نداشتی که کسی در موردش حرف بزنه!!! بالاخره دوستان هم مشارکت کردن و البته نفهمیدم چرا اینقد خارج صحبت کردن!!!! به هر حال بخیر گذشت.

آخر جلسه نایب گفت: داداش دمت گرم. زحمت کشیدی. موضوع سنت ۸ بوده، شما گویا سنت ۶ رو جراحی کردی. ضمنا منشی زنگ زده که گویا اصلا شما رو دعوت نکرده. گرداننده اصلی اومده دیده شما نشست، منشی هم نبوده، چیزی به روی خودش نیاورده. شما اشتباهی نیومدی!!!!

منو میگی انگار وسط یه اتوبان گیر افتادم و هی ویژ ویژ کامیون و خاور از چپ و راستم رد میشد و جرات حرکت نداشتیم. رفتم سراغ گوشیم (که صداش رو هم قطع کرده بودم). دیدم دوست منشی که منو دعوت کرده بود، ده بار زنگ زده و پیامک داده، پس کجایی؟ آدرس داده «پرنده».....!! اینم شانس ما، فرقش شنیدن یه «ک» بود. ک نشد!

شب، تو راه برگشت، کلماتی همچون پرنده با حذف «ک» اضافه! سنت هشتم با طعم سنت ۶، معادله سه مجهولی «کارمند خاص با محوریت مالی، ملکی، شهرت!!!» اسمال آقا صاحبخونه مون، همه توی سرم رژه میرفتن. رسیدم خونه، خسته از اینهمه ماجرا. زنه بچه ها رو برده بود بخوابونه. گفتم صداش نزنم. اونم خسته س. یه چی میگم، یه چی میگه دوباره مثل اول صبحی بحثمون میشه؛ از شام خبری نبود. چند تا قبض پرداخت نشده هم رو کابینت بود که آره یعنی بفرما!!!!

کلا «مسایل مالی، ملکی، شهرت!» سخت بهم پیچیده شده بود. مته یه کارمند خاص خوب رفتم بی سر و صدا یه گوشه نشستم. دکمه کنترل تلویزیون رو زدم. صداش رو کشیده بود رو سرش که:

خدا قوت دلاور، خسته نباشی پهلوان!!!!

شاغلامم معتاد
تنظیم از علی.م

معرفی ناحیه (ناحیه ۵) شورای منطقه یک ایران

در سال ۱۳۸۳ با تلاش و پشتکار تعدادی از اعضای NA، اولین جلسات در شهرستان گرمسار شروع به فعالیت نمودند. در حال حاضر در شهرهای گرمسار، آرادان و ایوانکی به صورت مرتب جلسات برگزار می‌گردد. در این محدوده در مجموع ۱۰ گروه فعال هستند، که دو گروه مختص بانوان می‌باشد. در حال حاضر بیش از ۵۰۰ عضو در حال بهبودی، در جلسات NA این محدوده شرکت می‌نمایند.

از دی ماه ۱۳۹۸ کمیته شهری گرمسار، با رای اجماع گروه‌های خود، در راستای ارائه بهتر خدمات و پیام‌رسانی به معنادران در عذاب، به عنوان ناحیه ۵ خدماتی در شورای منطقه یک ایران فعالیت می‌نماید.

در حال حاضر کمیته‌های اصلی و فرعی خدماتی این ناحیه تمام تلاش خود را در جهت ارائه خدمات درخواستی به عموم و معنادران ارائه می‌کنند.

از نقاط عطف این خدمات را می‌توان در برگزاری همایش اخیر ناحیه ۵ با عنوان «معجزات به وقوع می‌پیوندد» مشاهده نمود. کمیته زندان‌ها و بیمارستان‌ها نیز فعالیت خدماتی خود را در زندان شهرستان گرمسار و مراکز ترک اعتیاد، با تمام توان خود انجام می‌دهد.

همچنین کمیته اطلاع‌رسانی و روابط عمومی این ناحیه، در جهت رساندن پیام به معنادران در حال عذاب در جامعه، فعالیت خود را انجام می‌دهد.

خط ماندگار آدرس جلسات: ۰۹۱۲۸۳۲۲۵۸۶

خط ماندگار روابط عمومی و اطلاع‌رسانی: ۰۹۱۲۸۳۲۲۵۸۵