

مجله الکلی های گمنام ایران
THE PATH OF SOBRIETY

مسیر موتگیاری

سال پنجم | شماره هشتم | خرداد ۱۴۰۲

۸



ویژه نامه

اپیشکسوتان



هشتاد و هشتمین سالگرد تأسیس AA



دومین یکشنبه‌ی ماه می ۱۹۳۵ (روز مادرا)

همسر من «آنی» با مردی بنام «بیل ویلسون» اهل نیویورک قرار گذاشته بود تا بیاید
و با من درباره‌ی ترک الکل صحبت کند

و من چون حال خوشی نداشتم به همسر من گفتم:

باشد «آنی» اما بیشتر از ۱۵ دقیقه طول نکشد ...

ساعت ۵ عصر صحبت‌های ما شروع شد وقتی بیرون آمدیم ساعت ۱۱:۱۵ دقیقه بود.

او اولین کسی بود که تا آن زمان با آن روبرو شده بودم و می‌دانست چه می‌گوید.

سخنانش در مورد الکیسم از تجربه‌هایش سرچشمه می‌گرفت، او جواب تمام سؤالات

را داشت و واضح بود که آنها را از کتاب پیدا نکرده است.

«دکتر باب اسمیت»

این ملاقات سرآغاز شکل‌گیری "انجمن الکی‌های گمنام" بود.



فهرست



- ۱ سخنی با خوانندگان
- ۲ یادداشت سردبیر
- ۳ ماندم تا روایت کنم (داستان یک بانوی الکی)
- ۴ خیلی دور خیلی نزدیک (گفتگو)
- ۶ هنوز که هنوز است از تو لبریزم
- ۸ بازی تمام شد (داستان ترجمه شده از گریپ واین)
- ۹ به جنسیت من توجه نکنید (گفتگو)
- ۱۲ چه کسی رئیس است؟ (نگاهی به سنت ها)
- ۱۵ در این خانه چه می گذرد؟
- ۱۶ معرفی کمیته های خدماتی (نشریات)
- ۱۸ معرفی نواحی (ناحیه ۱۷ - بانوان)
- ۲۰ معرفی نشریه (دکتر باب و پیشکسوتان)
- ۲۱ معرفی فیلم (دکتر جکیل و آقای هاید)
- ۲۲ سرگرمی (با هم بخندیم)
- ۲۳ سرگرمی (جدول متقاطع)
- ۲۴ این در همیشه باز است



شماره هشتم / خرداد ۱۴۰۲
ویژه نامه‌ی پیشکسوتان

نشریه داخلی انجمن الکی های گمنام ایران

زیر نظر هیأت تحریریه‌ی کمیته‌ی مجله‌ی انجمن الکی های گمنام ایران
سردبیر: حسین . د

دفتر مرکزی انجمن الکی های گمنام ایران:

خراسان رضوی، مشهد، بلوار حجاب، نبش حجاب ۷۸

ساختمان پزشکان غرب، طبقه دوم، واحد ۱۲

تلفن: ۰۵۱-۳۶۲۱۰۰۶۲

همراه: ۰۹۱۵۷۶۸۵۳۸۳

تلگرام مجله: ۰۹۱۵۷۶۸۵۳۸۳

دورنگار: ۰۵۱-۳۶۲۱۰۰۷۳

پست الکترونیک: masir.houshyari@gmail.com

تارنمای انجمن الکی های گمنام ایران: www.aairan.org

مسئولیت انتخاب و ویرایش مطالب با هیئت تحریریه می باشد.

سخنی با خوانندگان



مسیر هوشیاری نشریه‌ی داخلی انجمن الکی های گمنام ایران است که از طریق دفاتر فروش نشریات، در دسترس خوانندگان قرار خواهد گرفت.

همانطور که می دانید قسمت های زیادی از این مجله مربوط به مطالب و آثار اعضای انجمن است. لذا از شما خواننده‌ی محترم خواهشمندیم داستان ها، مشارکتها و تجربیات خود را بصورت مداوم ارسال و ما را در این راه معنوی همراهی کنید، همچنین از همه‌ی نواحی تقاضا می شود اخبار ناحیه و فعالیت های خود را که مورد توجه هستند برای ما ارسال کنند تا بتوانیم تجربیات شما و اخبار انجمن الکی های گمنام در ایران را به اشتراک بگذاریم. مسیر ما به سوی هوشیاریست، با ما همراه و همقدم شوید.

... باشد که به لطف خدای بزرگ در این مسیر، هوشیار باشیم

یادداشت سردبیر



خشت اول چون نهد معمار کج / تا ثریا می رود دیوار کج

همیشه به این فکر می‌کنم که نفر اول در شروع هر کاری چقدر می‌تواند تأثیرگذار باشد و دامنه‌ی زحمات و خدمات او تا سالها پس از بودنش هم می‌تواند منشأ خیر و برکت، همدلی و پیوند دهنده‌ی انسانها باشد. انحصاراً وقتی به موضوع تشکیل انجمن الکی‌های گمنام و کمک الکی‌ها به یکدیگر از طریق دوازده گام می‌اندیشم، فروتنی، تواضع و از خود گذشتگی "بیلب" و "باب" مرا به وجد می‌آورد، الکی‌هایی که تمام ذرات وجودشان به دنبال یک هدف بود؛ نجات جان الکی‌ها.

هنگامی که پس از هفتاد سال، ثمره‌ی این از خودگذشتگی و ایثار نصیب من و خانواده‌ام شد، متوجه شدم خشت اول این بنا درست و بجا کار گذاشته شده است. این روزها قدردان زحمات و خدمات اعضای قدیمی هستیم که همچنان این مسیر درست را طی می‌کنند و حامل این پیام وزین و عمیق الهی هستند.

مجله‌ی مسیر هوشیاری که تنها نشریه‌ی انجمن الکی‌های گمنام ایران است در ابتدا با عنوان فصلنامه‌ی "مسیر هوشیاری" کار خود را آغاز کرد و علیرغم تمام مشکلات موجود در شروع کار، دوستان ما در این کمیته با کسب تجربه‌های بیشتر هفت شماره به چاپ رساندند و اکنون این رسالت به ما رسیده است تا همچنان ادامه دهنده‌ی این مسیر بوده و قدردان خدمات صبورانه و عاشقانه پیشینیان خود باشیم. باشد که به لطف خدای بزرگ در این مسیر، هوشیار باشیم. توفیق حاصل شد تا با هشتمین شماره در بهار ۱۴۰۲ در خدمت شما باشیم. اگرچه در این شماره (ویژه نامه) به موضوع پیشکسوتان و بزرگداشت هشتاد و هشتمین سالگرد انجمن پرداخته ایم، اما بهار با تازگی، سرسبزی و طراوتش نویدبخش تازه‌واردها است، تازه‌واردانی که برای زندگی، خونی تازه در شریان‌های این انجمن قدیمی هستند. صمیمانه دست کمک خود را به سمت شما دراز می‌کنیم و منتظر داستانه‌ها، مطالب بهبودی و خاطرات تلخ و شیرین شما هستیم.

سالی همراه با طراوت، سرسبزی و رشد برایتان آرزومندم.
حسین.د

ماندم تا روایت کنم... داستان یک بانوی الکی



ایستادن دوباره برایم معنایی دیگر داشت و خیلی ارزشمند بود چون من درک دیگری از آن بدست آورده بودم؛ زندگی من سرتاسر معجزه و برکت خداوند است. امروز ۱۴ سال و ۱۰ روز است که هوشیارم و ۸ سال و ۵ روز است که پاکی نیکوتین هم دارم. از ۶ ماهگی رهجو گرفتم و تا امروز خدمتگزار انجمن بوده‌ام، خداوند فرصتی به من داد تا بتوانم گذشته و ناامیدی‌های قبلی‌ام را به امید و انگیزه‌ای خاص تبدیل کنم. من قدم برداشتم و تلاش کردم و او برای طی مسیر به من کمک کرد.

زندگی من زیر سایه‌ی دوازده قدم و اتفاقاتی که برایم افتاده قابل توصیف نیست و فقط باید دید تا باور کرد، من خدا را شکر می‌کنم از اینکه با AA زندگی می‌کنم. امیدوارم با خواندن داستان من، کسانی که دچار ناامیدی هستند به این باور برسند که غیر ممکن وجود ندارد. زندگی گذشته‌ی من مجموعه‌ای از درد، تاریکی، یأس و رنج روحی بود ولی زندگی امروز من با کمک انجمن لبریز از امید و ایمان و یقین شده است چون خداوند کاری برایمان کرد که خود قادر به انجامش نبودیم. خدا را شاکر و سپاسگزارم.

الهی چنان کن سرانجام کار / تو خشنود باشی و ما رستگار
نیره.ص - مشهد



قصه‌ی زندگی هرکسی ماجراهای خودش را دارد که در دل هرکدامشان تجربه‌های مختلفی نهفته شده است، این تجربه‌ها برای دیگران پند است و برای خودمان سرمایه است، سرمایه‌ای که بهای آن را با مال و جان و عمرمان پرداخت کرده‌ایم...

قصه‌ی زندگی من با دردهای زیادی همراه بوده است؛ من به خاطر مصرف مواد، قرص، سیگار و واکنشی که جسمم به مصرف داشت دچار یک بیماری عروقی و عفونت خونی شدم. در سن ۳۲ سالگی - در بهترین مرحله‌ی زندگی - مدام تحت نظر پزشک‌های مختلف بودم تا راهی برای درمان و مهار بیماری‌ام پیدا کنند ولی راهی وجود نداشت و بیماری‌ام روز به روز بیشتر خودنمایی می‌کرد. طی ۱۱ ماه، ۱۴ عمل جراحی روی من انجام شد و در نهایت هر دو پایم را از زیر زانو قطع کردند.

از آن به بعد زندگی دیگر برایم ارزشی نداشت، رنج و درد زیادی بابت شرایط پیش آمده می‌کشیدم و نمی‌فهمیدم چطور باید زندگی کرد. شرایط روحی خیلی بدی داشتم و بعد از مدت کمی دچار ایست مغزی شدم و حدود ۴ ماه در همان حالت بودم، پزشک‌ها از زنده ماندن من قطع امید کرده بودند اما انگار سرنوشت و مسیر زندگی‌ام قرار بود به سمت و سوی دیگری هدایت شود. در کمال ناباوری من به هوش آمدم. همراه با ویلچر به زندگی برگشتم و دو سال دیگر همچنان درگیر اعتیاد بودم تا اینکه توسط یکی از دوستانم با انجمن الکی‌های گمنام آشنا شدم و زندگی‌ام وارد مرحله‌ی جدیدی شد ...

ورودم به انجمن سخت بود، احساس تفاوت می‌کردم و فهمیدن اینکه تا چه اندازه خودم در بوجود آمدن مشکلات و شرایطم دخیل بودم، رنجم را چندین برابر می‌کرد. رسیدن به ناتوانی جسمی و روحی باعث شد مسیرم را محکم‌تر ادامه دهم و نیروی عجیبی من را به جلو می‌برد. قدم‌های دوازده‌گانه‌ی انجمن را کار می‌کردم و تمام تلاشم را برای بهبودی‌ام انجام می‌دادم.

بعد از مدتی با اینکه با ویلچر به جلسات می‌رفتم دوستان زیادی در انجمن پیدا کردم و محبوب شده بودم، از این بابت بسیار خوشحال بودم. نزدیک ۱۱ ماه از پاکی‌ام گذشته بود که خداوند کمک کرد و پای مصنوعی گذاشتم و در روز تولد یک سالگی‌ام توانستم ایستاده جشن بگیرم.



گفتگو

خیلی دور ، خیلی نزدیک

همراهان عزیز، سلام؛

همانطور که در یادداشت سردبیر گفته شد، در این ویژه‌نامه می‌خواهیم در مورد پیشکسوتان صحبت کنیم لذا با دو نفر از دوستان قدیمی انجمن به نام‌های "سعید.س" و "مهدی.الف" تماس گرفتیم که متأسفانه موفق به برقراری ارتباط با دوستان "سعید.س" نشدیم. خوشبختانه با دوستان "مهدی.الف" ارتباط برقرار شد و ایشان دعوت ما را برای گفتگو پذیرفتند.

مطالبی را که در ادامه می‌خوانید، گفتگوی ما با ایشان است.

با سلام و تشکر از وقتی که در اختیار ما گذاشتید. برای شروع لطفاً از روزهای ابتدایی پاک شدنتان کمی صحبت کنید.

من هم به نوبه‌ی خودم به شما و خوانندگان عزیزتان و همدردان الکی خودم سلام عرض میکنم .

من اولین بار در زندان لاس وگاس آمریکا با یکی از کارمندان زندان آشنا شدم و وقتی از زندان آزاد شدم با او ازدواج کردم. او بود که برای اولین بار مرا به بیمارستان سم‌زدایی برد. در بیمارستان جلسات AA برگزار می‌شد و من در آنجا با این انجمن آشنا شدم. خیلی دوست داشتم همان زمان به ایران بیایم و سعی کنم به هموطنان همدردم کمک کنم اما دلیل این که ۲۵ سال به ایران نیامدم این بود که طبق محکومیتی که داشتم دولت آمریکا می‌خواست مرا از آمریکا دیپورت کند حتی با این که شرکتی با تقریباً حدود ۴۰۰ نفر کارمند و کارگر داشتم، دولت حاضر به بخشیدن من نبود.

آقا مهدی عزیز، برایمان جالب است بدانیم چطور این مشکل را حل کردید و کی به ایران آمدید؟

وقتی خدا بخواهد، مشکلات هرچقدر هم بزرگ باشند، حل می‌شوند. یکی از رهجویانم که روابط خوبی داشت، از طریق ارتباط با دوستانش مشکل من را حل کردند و خدا را شکر ظرف سه روز شهروندی آمریکا را هم گرفتم. من از زمان یازده سال پاقی، در شهر خودم لاس وگاس و شهرهای دیگر آمریکا "ورکشاپ" برگزار می‌کردم و همیشه دعایم این بود که بتوانم این کار را در ایران برای هموطنان همدردم انجام دهم و آنها را با این راه نجات آشنا کنم.

در همان زمان یکی از رهجویانم به نام علیرضا که با برادرش در ایران زندگی می‌کرد در مورد ورکشاپ‌های من صحبت کرده بود و اولین باری که به ایران آمدم، (در بهار سال ۲۰۰۳) یکی از دوستان خوبم به نام محمد که متأسفانه فوت شده است، محلی در زیرزمین شهرداری (نزدیک چهارصد دستگاه) را تدارک دید و این اولین کارگاه سه روزه‌ی من در ایران برای الکی‌ها و معتادان بود. بلافاصله به درخواست بانوان همدردمان، طی دو روز این کارگاه را نیز برای خانواده‌ی الکی‌ها و معتادان برگزار کردم، جمعاً پنج روز طول کشید.

بعد از آن ۵ روز تاریخی، چقدر طول کشید که دوباره به ایران برگردید؟

به لطف خدا خیلی طول نکشید و پنج ماه بعد، اعضای AA با من تماس گرفتند و درخواست کردند که دوباره به ایران بیایم. این بار به غیر از تهران در چند شهر دیگر هم ورکشاپ برگزار کردم. بعد از آن هر سال به مدت یک ماه به ایران می‌آمدم و به هشت تا نه شهر سفر می‌کردم. یادش بخیر من تمام این جلسات را به صورت ایستاده برگزار می‌کردم و نمی‌نشستم چون می‌خواستم پاهایم به زمینی که ریشه‌هایم در آن قرار داشت متصل باشد.

با توجه به اینکه شما در برپایی اولین جلسات با فرمت انجمن الکی‌های گمنام در ایران نقش داشتید ، لطفاً خاطرات خود را از برپایی اولین جلسات در ایران برایمان بگویید. اگر خاطره‌ی شیرین یا تلخی هم دارید می‌شنویم .

شروع AA در بیشتر شهرهای ایران با مخالفت رو به رو شد. تنها شهری که استقبال گرمی از من شد، مشهد بود. با این که من هر جا می‌رفتم تکرار می‌کردم که هدف من آموزش کتاب الکی‌های گمنام و فرمت برگزاری جلسات AA است نه از بین بردن NGOهای دیگر ، اما بازهم تعدادی از دوستان ما مخالف بودند. البته آن مسائل گذشته و من در اینجا نمی‌خواهم راجع به آنها صحبت کنم.

تلخ‌ترین خاطره‌ام این بود که در آن روزها در بعضی از شهرها با پیام به یکدیگر خبر رسانی می‌کردند که مهدی را حمایت نکنید چون مهدی یک الکی است و راجع به اعتیاد چیزی نمی‌داند در صورتی که من معتاد به الکل و مواد مخدر بودم و قبل از پاک شدنم، تنها راه درآمد از طریق خرید و فروش مواد بود و من همزمان هم الکل می‌زدم و هم هروئین تزریق می‌کردم.

*** باورقی "واژه‌ی ورکشاپ و کارگاه قدم در ساختار AA وجود ندارد و دلیل استفاده از این واژه بخاطر این بوده که این ورکشاپ‌ها زمانی برگزار شده که در ایران جلسه، گروه و ساختار AA وجود نداشته و بصورت شخصی و صرفاً جهت معرفی برنامه AA برگزار گردیده است.**



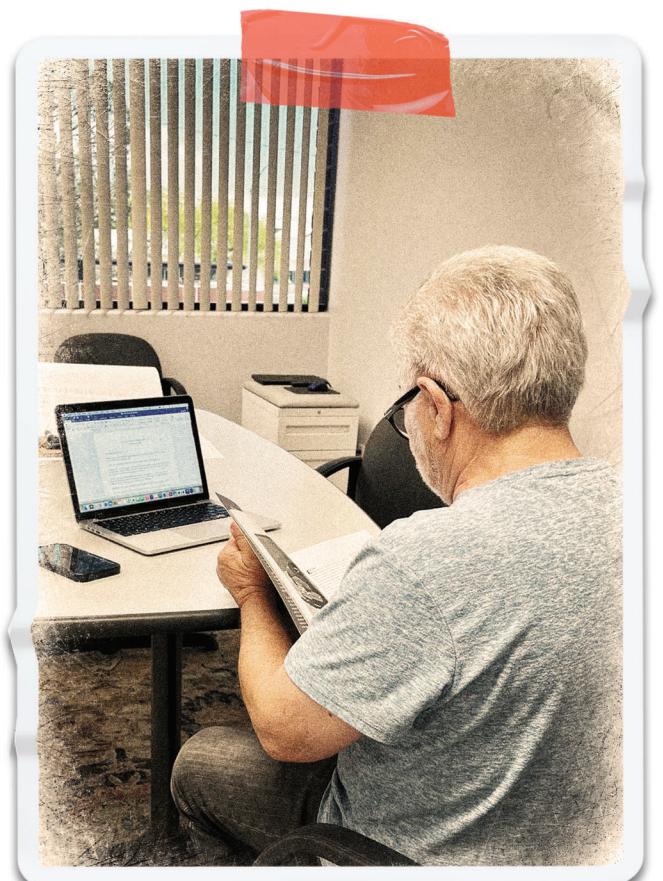
همانطور که گفتیم این مسائل گذشته و با تمام این داستانها از آنجایی که هدف من خدایی بود و دنبال اسم و رسم، پول و غیره نبودم، حتی در شهرستانهایی که مخالفت می کردند هم، حداقل سه هزار نفر به بالا در جلسات شرکت می کردند. اما شیرین ترین خاطره ام این بود که می توانستم رشد جلسات را ببینم. شیرین ترین خاطره ام در آغوش گرفتن هموطنان لر و ترک و عرب و خراسانی و فارس و ... بود که بابت حضور آفریدگار در قلب و زندگیشان ابراز شادی می کردند. کسانی که توانسته بودند با کارکرد قدمهای الکلی های گمنام ظرف چند سال صاحب کسب و کار و خانه و زندگی شوند. تماس های تلفنی زیادی که هنوز هم ادامه دارند و با خوشحالی بیان می کنند که چطور با گوش کردن به سی دی و رکشاپ های من لبریز از انرژی خدا می شدند و بدون هیچ دردی پاک و هوشیار شده اند. و این من نیستم، همه ی اینها در واقع انرژی خداوند مهربان است.

شیرین ترین خاطراتم دعاهایی ست که برای بیماران می کردم و خدای مهربان به دعاهایم جواب مثبت داد. در نهایت باید بگویم که تولد AA در ایران یکی از بهترین تجربیات زندگی من بود. به شیرینی دیدن تولد فرزندان و نوه هایم، این که شاهد عبور انسانها از میان تاریکی و قدم گذاشتن در دل نور بودم مرا غرق شادی می کرد و می کند.

و صحبت پایانی ...

می خواهم از این فرصت استفاده کنم و از تمام کسانی که خالصانه و با عشق و بدون هیچ توقع و چشمداشتی، در سال ۲۰۰۳ که جرقه ی شروع AA زده شد مهربانانه همراه من بودند قدردانی و تشکر کنم. از این که می بینم، روشن کردن یک شمع کوچک باعث شد تا دنیایی از نور عشق و رحمت خداوند در قلب هزاران هزار انسان دوست داشتنی که قطعات زیبای خداوند هستند تابانده شود مسرور و شادمانم. حالا آن شمع کوچک تبدیل به خورشیدی فروزان شده است که گرمای حضورش به قلب انسان ها آرامش می بخشد...

مهدی الف (لاس و گاس)





هنوز که هنوز است از تو لبریزم ...

دوستان پیشکسوت سلام؛

این نامه‌ای است از طرف همه‌ی ما تازه‌واردان انجمن که دوست داشتیم ثبتش کنیم و کمی از شما و زحماتتان تشکر کنیم. ماجرا از آنجا آغاز شد که خداوند خواست در کنار همه‌ی مهربانی و بزرگیش به ما الکی‌های در حال عذاب، مهر و محبت و عشق خالصانه‌ی شما دوستان قدیمی را وسیله‌ی نجات ما از دنیای تیره و تاریک مصرف الکل و مواد مخدر کند. خداوند خواست نیروی اراده‌اش را از طریق شما فرشته‌های زمینی به ما عرضه کند و شد آنچه که کمتر کسی باورش می‌کند.

شما دست به دست هم دادید و بنیاد نهادید آینده‌ی زیبای ما را. شما بنیاد جدیدی از مهر و عشق را در دنیای سیاه و ناامیدی ما خلق کردید. الهی شکر که هم‌عصر شما باشیم. چقدر خوشبختیم که با شما در یک زمان و یک مکان هم‌نفس شدیم و زندگی می‌کنیم.

بله با شما هستیم برادر بزرگ‌ترم. با شما هستیم خواهر بزرگ‌ترم. تویی که به پاک ماندن خودت بسنده نکردی و گام در راهی گذاشتی که شبانه‌روز بی‌اجر و مزد و منت خدمت بود و خدمت بود و خدمت بود ...

امان از مرگ و لحظه‌ی آخرین دیدار که ما را از دیدن و حضور بعضی از شما عزیزان پیشکسوت بی‌بهره کرد. به قول شاعر بزرگ تبریزی استاد شهریار "چشم ما در پی خوبان جهان خواهد بود" و خوبان جهان برای ما تازه‌واردان، شمایی هستید که هر چند در میان ما نیستید اما چون دلتان به عشق زنده شده است هرگز نمی‌میرید و هرگز از چشم و روح و روان ما پنهان نمی‌شوید ...

دوست خوبمان آقا "بهروز" عزیز سلام. این نامه‌ای است که روح پاک و آرام خودت در حال نوشتنش است و ما به‌جای تو، آن را دوباره و صدمبار می‌خوانیم تا بلکه یک بار دیگر لبخندت را و سر تکان دادن‌هایت را به‌یاد بیاوریم. دوست تا ابد و یک روز همه‌ی ما سلام. دوست پاک و نورانی ما، نفوذ کلام و گرمای دیدار و نسیم روح‌انگیز حضورت را فراموش نمی‌کنیم. تو در سالهای آخر عمرت بیماری شدیدی گرفته بودی و مدام سرفه می‌کردی و با هر سرفه و گرفتگی صدایت دل ما می‌گرفت و انگار انار دلمان را پاره می‌کنند چرا که می‌دیدیم ممکن است پیری نورانی را از دست بدهیم ...

تو با همه‌ی وجودت خدمت کردی، به زاهدان و کردستان و اردبیل و ... رفتی و همه‌ی گوشه‌های این سرزمین را با نور پیام انجمن روشنایی بخشیدی و برایت مهم نبود وقت و کار و زندگی‌ات را در مشهد به امان خدا بسپاری ...

تو خودت داری این نامه را می‌نویسی آقا بهروز عزیز. تو همیشه می‌گفتی خوشبختی یعنی عضویت در انجمن الکی‌های گمنام و ما چقدر خوشبخت بودیم که حضورت را در آن زمان درک کردیم و امروز صحبت‌های ساده و پرمغزت را هم کم کم درک خواهیم کرد.

بیماری‌ات مدام به تو اذیت و آزار می‌رساند اما ما شاهد بودیم دعوت منشی یک جلسه‌ی دورافتاده را هم قبول می‌کردی و با لبخند می‌گفتی چشم خدمت میرسم ... تو خود خدمت بودی و انگار عصاره‌ی وجودیت همان بود که تکرار می‌کردی: عشق و خدمت ...

هر که در این حلقه، مقرب‌تر است

جام بلا بیشترش می‌دهند ...

بیماری‌ات را بهانه‌ی نرفتن و نپذیرفتن نکردی، رهجوهایت تا آخرین لحظه شاهد ایثار تو بودند. هنگامی که نمی‌توانستی در جلسات بهبودی و کارگاه قدمت حضور پیدا کنی، پذیرای رهجوهای مشتاق در منزل خودت بودی ... خدماتی که سالها قبل تو بنیاد نهاده بودی امروز با قدرت در حال ادامه دادن هستند. کمیته‌های مختلفی که تو پیشنهاد دادی و نقطه‌ی آغازینش با تو بود پر برکت و باانگیزه به دست جوانان علاقمند به خدمت در حال ادامه دادن است ...



دوست خوبمان حسن جان سلام. دوست جوان و با محبت انجمن، سلام‌هایت را به‌هنگام خندیدن و لبخند گرم و گیرایت را مگر می‌توان فراموش کرد. تو در میان همه‌ی جوانان انجمن، مانند گل خوشبویی بودی که زمین کویر و خشک را به گلستانی تبدیل کردی و به جوانهای زیادی پیام عشق و امید انجمن را رساندی. تو چگونه آنقدر عاشق خدمت بودی در حالی که تازه در عنفوان جوانی بودی... ما حیران این معجزه‌ی خداوندی در اخلاق و رفتار توایم و هنوز که هنوز است از تو لبریزیم ...

تو در بیست و چهارمین روز فروردین سال ۱۳۶۰ به‌دنیا آمدی. ماهی که شکوفه‌های درخت گیلان دلبری می‌کند... ماهی که باران رحمت الهی بر سر مزارع خشک و چشم‌به‌راه می‌بارد. تو شکوفه‌ی آن سال بودی و از این به‌بعد فروردین را به‌نام شکوفای تو خواهیم شناخت.

حسن جان یادمان نمی‌رود که پاک شدنت در آذر سال ۱۳۸۳ اتفاق افتاد. انگار داستان "بیل" تکرار شد و تو همزمان با ماه نوامبر، همان ماه مقدسی که "بیل ویلسون" بزرگ پیام گرفت، پاک شدی. تو به بُعد چهارم زندگی‌ات وارد شدی و در کنارت، ما هم رشد کردیم ... تو به ما می‌گفتی خدمت کردن بر هر عضو انجمن واجب است و مهم‌تر از نان شب اوست. تو به‌ما یاد دادی خدمتگزار بودن چیست و خدمتگزار خوب و صادق کیست. ما خدمتهای متنوع تو در گروههای بهبودی و ساختاری‌ات را به‌یاد داریم. با آنکه جوان‌ترین عضو ساختار منطقه‌ی ایران بودی اما همه تو را اهل دل دیدند و از تو خواستند دو دوره در میان "هیئت معتمدین انجمن الکلی‌های گمنام ایران" حضور داشته باشی.

مرگ باور نکردنی تو در تابستان ۱۴۰۱ به‌ظاهر غم‌انگیز است اما راستش را بخواهی تازه فهمیده‌ایم تو میوه‌ی باغ عشق بودی و همان تابستان، فصل رسیدنت رسیده بود. موسم چیده شدن بهترین میوه‌های باغ خداوندی و موسم رسیدن تو به آغوش پروردگار مهربانی که همیشه ما را به سوی او دعوت می‌کردی.

مهم‌تر از همه‌ی اینها خوشبختیم که همراهان با عشق شما دو عزیز سفر کرده، امروز در جای جای این شهر و دیار با سادگی و گمنامی مشغول خدمت به الکلی‌ها و معتادان در حال عذاب و یا در حال بهبودی هستند ...

پیشگامی، کار نیکان است و بس
نیست نیکی پیشه‌ی هر بولهوس
همت و خدمت، مبارک پادتان
همت پاکان، ندارد هیچکس....



بازی تمام شد

داستان ترجمه شده از "گریپ واین"



وقتی شوهرش خودکشی کرد، بازی سرزنش تمام شد. شوهر الکی ام در ۳۴ سالگی در سالگرد ازدواجمان خودکشی کرد. به این نتیجه رسیده بود که بدون او وضع خانواده مان بهتر خواهد بود. در ۱۳ سال ازدواجمان، با زندگی ای آشنا شده بودم که حول مصرف الکل و مواد می چرخید. هرگز به پای او نمی رسیدم، اما من هم مواد مصرف می کردم. بی ثباتی اقتصادی، حرف های رکیک، آزار جسمی، خیانت و تهدیدهای گاه و بی گاه به خودکشی، زندگی زناشویی ما را تشکیل می داد. او خیلی از شب ها تا دیروقت در بار بود و گاهی حتی به خانه بر نمی گشت. تلفن هایم را یا جواب نمی داد یا کلی دروغ سر هم می کرد.

در ۲۰۰۷ بعد از اینکه جسدش را در حیاط خلوت پیدا کردم، تمام دنیایم به هم ریخت. خدا را شکر بچه ها برای دیدن مادر بزرگ و پدر بزرگشان به کالیفرنیا رفته بودند. هیچ احساسی نداشتم. از طرفی فکر می کردم که خدا بار سنگینی را از دوشم برداشته است. دیگر مجبور نبودم مشکلات اقتصادی را تحمل کنم یا مصرف مداوم موادش را، تا نیمه شب با رفقایم مشروب می خورد، مدام نگرانش بودم که بعد از مشروب خوردن رانندگی می کرد، گاهی فرزندانمان هم در ماشین بودند. از سوی دیگر، او همه کسم بود. چطور می توانستم بدون او به زندگی ادامه دهم؟ چطور بچه ها را به تنهایی بزرگ کنم؟ چطور می توانم کسی را پیدا کنم که برای فرزندانم پدری کند؟ چطور این واقعه را برای دوستان و خانواده ام توضیح دهم؟ زندگی داشت تغییر می کرد، مطمئن بودم. دیگر نمی توانستم پشت مشکل الکل خوردن او پنهان شوم. اگر اشتباهی پیش می آمد، دیگر فقط باید خودم را سرزنش می کردم.

با فرزندانم به جلسات مشاوره ای خانواده می رفتم، پزشک گفت که باید قرص های ضد افسردگی بخورم. احساس می کردم دارم دیوانه می شوم. فهمیدم که نوشیدن الکل با قرص های ضد افسردگی جور در نمی آید. فکر کردم تا وقتی قرص می خورم می توانم میزان مصرفم را کنترل کنم، اما اوضاع بدتر شد. تصمیم گرفتم قرص ها را بگذارم کنار تا بتوانم مشروبم را بخورم. الکل تنها چیزی بود که دردم را تسکین می داد. نوشیدن باعث می شد که دنیا را فراموش کنم، حداقل برای همان شب.

من همچنان می توانستم به سرکار بروم، اما بیشتر روز را به مشروب فکر می کردم. بی صبرانه منتظر بودم که ساعت کاری تمام شود. در ۲۰۰۹ تقریباً کارم را از دست دادم و از یکی از دوستانم که می دانستم به جلسات AA می رود، خواستم با او به جلسه بروم. سه هفته به جلسات رفتم، اما برنامه ام این بود که برای عروسی دخترعمویم به کالیفرنیا بروم. همانطور که می دانیم سه هفته رفتن به جلسه کافی نبود و باز به همان دنیای تیره و تاریک باز گشتم. فکر کردم باز می توانم کنترل نوشیدنم را به دست بگیرم، تصمیم گرفتم دیگر ودکا نخورم زیرا ودکا بدمستی می آورد و فقط شراب می خوردم.

روز ولنتاین تمام روز شراب خوردم و شب هم رفتم سر قرار و آنجا بی هوش شدم. دخترم کمکم کرد که لباس هایم را در آوردم و به رختخواب بروم... و از تمام اینها فیلم گرفته بود. از آن به بعد دیگر همیشه به جلسات انجمن رفته ام.

به لطف خدا بود که توانستم تسلیم شوم و حقیقت الکی بودنم را بپذیرم. هر روز به جلسه می روم، اگر به جلسه نرسم روز بعد به دو جلسه می روم. الان راهنما دارم و تازه برنامه ای دوازده گام را شروع کرده ام. به جای اینکه تنها بمانم دارم با همه ارتباط برقرار می کنم و دوستان جدیدی پیدا می کنم و دارم یک جور عشق را تجربه می کنم که هرگز نشناخته بودم. حالا رابطه ای عاشقانه ای با خدا دارم، خدایی که خودم می شناسمش و امروز روز شصتم هشیاری ام را جشن گرفته ام. از هفده سالگی هرگز یک هفته ای کامل هشیار نبوده ام. در جاده ی شیرین بهبودی هستم، در جلسات شرکت می کنم، دعا می کنم و مطالب انجمن را می خوانم و هرگز احساسی بهتر از این نداشته ام.

دبی ام. (فلورانس، آرگان)

برگرفته از شماره اکتبر ۲۰۱۹ مجله گریپ واین AA



گفتگو

به جنسیت من توجه نکنید!

خوانندگان عزیز؛ پیرو گفتگوهای این شماره از مجله به سراغ دوست پیشکسوت دیگری رفتیم، یک بانوی الکی تا با ایشان گفتگو کنیم. ما امیدواریم بانوان الکی کشورمان، با کمک پیشکسوتانی همچون سارا، روزی به جمع ما اضافه شوند و نور و برکت پروردگار شامل حالشان شود. ناگفته پیداست که با پاک شدن مادران جامعه، فرزندان و حتی پدر خانواده نیز در مسیر رهایی از بیماری الکیسم قرار می‌گیرند. تجربه‌ی مادرانی که به انجمن الکی‌های گمنام پناه آورده‌اند نمادی روشن و بی‌بدیل از این ادعای ماست...

سارا خانم عزیز ما، از شما و لطفی که در حق ما داشتید سپاسگزاریم. برای شروع این مصاحبه، لطفاً کمی از خودتان بگویید. من هم از حضور شما خوشحالم و آرزو می‌کنم در کارتان موفق باشید. من سارا هستم و با کمک خداوند مهربان سال ۱۳۸۴ وارد انجمن الکی‌های ایران شدم و تا امروز لب به مشروب نزده‌ام.

اولین نشانه‌های بیماری‌تان چه زمانی شروع شد و شما متوجه آن شدید؟

۱۴ ساله بودم که اولین بار آبجو خوردم، تا ۳۲ سالگی گاه به گاه الکل می‌خوردم اما نشانه‌ای از اجبار به مصرف در خودم نمی‌دیدم. زمانی متوجه اجبار به مصرف در خودم شدم که بعد از مصرف الکل به سمت مخدرهای سنتی رفتم. در آن زمان، گاهی به خاطر مسائل خانوادگی و اجتماعی، در ظاهر مواد مخدر را ترک می‌کردم اما در واقع الکل یا دارو را جایگزین می‌کردم. راستش را بخواهید اجبار به مصرف سراغ من هم آمده بود و ترک‌های من به‌شکلی نبود که بتوانم دیگر هیچ چیز مصرف نکنم.

چه چیزی باعث شد از مصرف الکل و مواد خسته شوید؟

من و همسر هر دو مصرف‌کننده بودیم، پسر کوچکم در جمع ما بود و بعداً متوجه شدیم که او هم مصرف می‌کند، سه نفر از خانواده‌ی ما مصرف‌کننده بودند و زندگیمان بسیار آشفته شده بود، به عنوان مادر، پسر جوانم را می‌دیدم که جلوی چشم من ذره ذره آب می‌شود و من به دنبال راهی برای نجات او می‌گشتم ... در تمام ترک‌هایی که داشتم می‌خواستم مصرف نکنم ولی نمی‌توانستم، راهش را بلد نبودم. مادر خدایا مرزم همیشه می‌گفت زن ستون خانه است. جمله‌اش همیشه توی گوشم بود و به این فکر می‌کردم ستون خانه خودش مشکل خانه است. می‌دیدم که همگی به سمت قهقرا و سیاهی می‌رویم و کاری از دستم بر نمی‌آید.

بعد از مدتی یکی از دوستان قدیمی به نام "کیومرث" برای پسر من یک کتاب الکی‌ها آورد. مقداری از آن کتاب را خواندم ولی چون مغزم غبار داشت اصلاً خودم را معتاد نمی‌دانستم و به‌خاطر همین، چیز زیادی از آن متوجه نشدم. به خاطر نوع مصرفم (مواد سنتی) خودم را معتاد نمی‌دانستم و تصور می‌کردم همسر و پسر من به خاطر مصرف خاص‌شان (مواد صنعتی) اعتیاد دارند.

بعد از چند وقت پسر من را برده بودم برای یو.آر.دی (URD) نیم ساعت نبض نداشت و نفسش رفت! همه چیز رفت! به قلبش آمپول تزریق می‌کردند، شوک الکتریکی می‌دادند و ... بعد از نیم ساعت دوباره نفس کشید. اینجا بود که من سخت دنبال این بودم که چه کاری می‌توانم انجام دهم که او ترک کند. یکی از دوستانم به من گفته بود که در "پارک کوهسنگی" جلسه‌ی "انجمن الکی‌های گمنام" برگزار می‌شود، بعد از چند روز که پسر من را از بیمارستان به منزل آوردم، او را به آن جلسه بردم. جالب بود که تعدادی از دوستانش را همانجا دیدم، دوستانی که قبلاً هم مصرفش بودند و پاک شده بودند.

چند نفر از اعضای قدیمی از جمله راهنمای امروز برای کمک به پسر من پیش‌قدم شدند. وقتی ۲۱ روز از این داستان گذشت گفتند: «بیا پسر را تحویل بگیر!!!» برای تحویل پسر من که رفتم راهنمای امروز گفت: «حالا که پسرت پاک شد، تو می‌خواهی چه کار کنی؟!» من چون خودم را معتاد نمی‌دانستم با ناراحتی گفتم: «مگه من معتادم؟!» او با خونسردی گفت: «الان چی استفاده می‌کنی؟» گفتم: «دو پیک مشروب می‌خورم، دو تا هم قرص!!» گفت: «دلت می‌خواهد همین‌ها را هم ترک کنی؟» گفتم: «چرا که نه، به‌خدا من هم می‌خواهم ترک کنم.» آرامش و صدای گرم و گیرای آن دوست قدیمی باعث شد که من از حالت تدافعی خارج شوم و عاجزانه طلب کمک کنم، از آن لحظه به لطف خدا دیگر لب به الکل، مواد و قرص نزده‌ام و امید به خدا در تیرماه امسال ۱۸ سال می‌شود که پاک و هوشیار هستم.

چه خاطره‌ی خوبی تعریف کردید و ما را با حرف‌های‌تان به یاد طبیعت زیبای پارک کوهسنگی و تلاش‌های راسخ دوستان قدیمی انداختید. حتماً اولین روزی که به‌عنوان یک عضو تازه‌وارد به جلسات انجمن رفتید را یادتان هست.

بله خودم هم به آن سالها رفتم و در اینجا برای همه‌ی تلاش‌های آن عزیزان قدیمی سر تعظیم فرود می‌آوردم. آن موقع جلسه‌ی الکی‌ها به شکل امروزی‌اش نبود، من اولین بار در جلسه‌ی ظهر بانوان (NA) شرکت کردم، اولین برخورد من با خوش‌آمدگوی جلسه بود که فکر کردم می‌خواهد من را بازرسی کند و من خودم را مجاله کرده بودم ولی او من را در میان آغوش گرمش گرفت و به داخل جلسه راهنمایی‌ام کرد.

وقتی نشستیم به این فکر می‌کردم که همیشه دنبال ترک کردن بودم و با دیدن کسانی که در جلسه بودند و اینکه با چه شرایطی ترک کرده بودند، من هم امیدوار شدم. بعد از برگشتن از آن جلسه احساس بسیار خوبی داشتم و با همان حس خوب توانستم ۲۴ ساعت مصرف نکنم و روز بعد پس از اعلام پاک‌ی، اعضای جلسه من را حسابی تشویق کردند و انرژی خاصی به من دادند و همانجا به این مسیر معنوی امیدوار شدم.

می‌دانیم که یک تازه‌وارد روزهای اول پاک‌ی‌اش هم درد جسمی دارد و هم مشکلات زیادی در زندگی‌اش وجود دارد. می‌خواهیم از زبان شما بشنویم که چه چیزی به شما انگیزه می‌داد تا این دردها و سختی‌ها را تحمل کنید؟

همانطور که گفتم حمایت‌های دوستان قدیمی خیلی موثر و جذاب بود. من تا آن زمان چنین حس حمایتی از کسی ندیده بودم. کنار من کسانی بودند که هم‌درد من بودند و به‌همین دلیل من را درک می‌کردند. آنها شنونده‌ی ناراحتی‌ها، دردهای جسمانی و روحی من بودند و این کارشان آرامش‌بخش بود. هرچند به‌خاطر پسر من پاک شده بودم اما قدرت جلسات و معنویت خاصی که داشت من را جذب خودش کرد و حتی لغزش پسر من باعث دوری من از جلسات نشد و دردها و رنج‌های مختلفم را تاب آوردم. می‌دانید عزیزانم چه اتفاقی افتاده بود؟ من بعد از حضوری کوتاه در جلسات به‌این باور رسیدم که باید به‌خاطر خودم پاک بمانم و دیگر نمی‌خواستم الکل و موادی در خانهم وجود داشته باشد و تبدیل به‌مادری پاک و توانمند شوم و خدا رو شکر می‌کنم تا امروز همینطور بوده است.

سارا خانم وقتی شما وارد جلسات انجمن الکی‌های گمنام شدید جلسات مختلط بود، به عنوان اولین خانم در آن شرایط چه احساسی داشتید؟

در آن زمان جلسه‌ی الکی‌ها فقط یکی بود و هفته‌ای ۳ روز (پشت پوشیران) برگزار می‌شد و بعدها "جلسه‌ی تی سی" راه افتاد، من مجبور بودم بین ۱۵ نفر و بعدها بین ۷۰ تا ۸۰ نفر آقا به جلسه بروم، سخت بود ولی خداوند کسانی را سر راه من گذاشت که از من حمایت می‌کردند. به عنوان یک بانو در دومین فصل جلسه تی سی، در حالی که ۸ ماه هوشیار بودم به‌عنوان منشی جلسه انتخاب شدم. در اوایل خدمتم گرداننده‌هایی که انتخاب می‌کردم از بین خانم‌ها بودند اما به‌دلیل برخی مشکلات، از جوان‌های جلسه که همسن پسر بودند دعوت به خدمت کردم.

اولین کسی که در دوران پاک‌ی به شما کمک کرد چه کسی بود؟

من نمی‌خواستم به انجمن دیگری بروم به‌همین دلیل سماجت به خرج دادم و به راهنمای فعلی‌ام اصرار کردم تا به من کمک کنند، راهنمای من می‌گفت: «به عنوان یک زن همیشه خودت باید حرمت خودت را حفظ کنی.» من در جلسات شرکت می‌کردم که به جنسیت من توجه نداشته باشید، من مثل شما یک الکی هستم

و می‌خواهم از دانش و تجربه‌ی شما استفاده کنم و همگی کمک کردند و سپاسگزار آنها هستیم.

از اولین جلسه‌ی مستقل که برای بانوان الکی راه اندازی شد برایمان بگویید.

من و "میترا خانم" برای تشکیل جلسه‌ی مختص بانوان خیلی تلاش کردیم، به‌لطف پروردگار توانستیم با کمک مسئول "کمیته اطلاع‌رسانی" جلسه‌ی "استقلال" را استارت بزنیم. من آن موقع ۲۲ ماه پاک‌ی داشتم. من و میترا اولین جلسه‌ی بانوان را به عنوان گرداننده و منشی شروع کردیم، من نماینده و میترا علی‌البدل انتخاب شدیم. آن جلسه مدتی برگزار شد که البته به‌دلیل کم‌تجربگی تعطیل شد.

با مشکلات و چالش‌هایی که در جلسات بانوان بوجود می‌آمد چطور برخورد کردید؟ آیا کمبود اعضا یا مشکل مالی داشتید؟

تعداد اعضا کم نبود اما تازه واردان مطابق برنامه رفتار نمی‌کردند، از چالش‌هایی که در آن زمان داشتیم این بود که بیشتر برای (NGO) دیگر تبلیغ می‌کردند و من به آنها توضیح می‌دادم که اینجا انجمن الکی‌های گمنام است و بهتر است که خودشان را یک الکی معرفی کنند، اینطور شد که من به سارا الکی معروف شدم.

پشتیبان شما برای از سر گذاردن آن همه سختی چه کسی بود؟

خداوند ... هیچکس نبود غیر از خدا

در مورد نشریات آن زمان برایمان بگویید.

آن زمان تعداد کمی از نشریات وجود داشت و از جاهای مختلفی گردآوری شده بود، روح آقا بهروز شاد که وقتی مسئول "کمیته‌ی نشریات" شد انقلابی در نشریات بوجود آورد و هر روز تعداد نشریاتمان اضافه می‌شد. من در مورد خدماتم با ایشان مشورت می‌کردم و همچنین به عنوان بازو در کمیته‌های اطلاع‌رسانی، پیام‌رسانی و کارگاه‌ها خدمت کردم ولی علاقه‌ی اصلی و تلاش من این است که محلی جدید برای جلسات بانوان پیدا کنم.

چه پیشنهادی برای ماندگاری جلسات دارید؟

مهم‌ترین نکته‌ی ماندگاری جلسات، وجود خدمتگزاران آن جلسات است. یادمان باشد اگر می‌خواهیم خدمتگزار انتخاب کنیم به این توجه کنیم که آیا او خدمتگزار صادق و عاشقی هست؟! نه اینکه راهنمایش کیست!!! برای سرپا ماندن انجمن باید ببینیم چه کسی با عشق بیشتر خدمت می‌کند.

چه احساسی راجع به رشد ناحیه بانوان دارید؟

واقعاً بعضی از حس و حال‌ها را نمی‌توان توصیف کرد، وقتی می‌بینم یک نفر دیگر پاک شده، یک جلسه جدید استارت خورده و جلسات در حال رشد هستند احساس می‌کنم در یک قرعه‌کشی شرکت کرده‌ام و یک خودروی پرادو برنده شده‌ام! شاید خنده‌دار باشد اما دقیقاً تا این حد خوشحال می‌شوم. حالا این مثال را برای قابل لمس بودن گفتم و اصلاً پرادو دوست ندارم، من بنز و بی‌ام و دوست دارم! (می‌خندد)

به بانوانی که برای ورود به جلسه از گمنامی خود می‌ترسند چه حرفی دارید؟ تجربه‌ی شما چه بود؟

این حس ترس تا وقتی به جلسه نروید وجود دارد، ولی وقتی وارد جلسه می‌شوی می‌بینی که اعضای آن جلسه مثل تو هستند و بعد از چند وقت این احساس ترس کم‌رنگ می‌شود و احساس شما تغییر می‌کند. من به هر کسی که می‌ترسد می‌گویم بیا با هم به جلسه برویم. اکثر دوستان تازه‌وارد وقتی من را با سر و وضع مرتب می‌بینند می‌پرسند: «آیا شما واقعا الکلی بودید؟!» من در جوابشان می‌گویم: «روزی که به جلسات آمدم مثل شما بودم خدا به من خیلی لطف کرد ...»

سارا خانم در این لحظه از تعجب و شعف می‌گویند: وای!!! خدا در زندگی من چه کرد ...

به عنوان یک زن پاک و انجمنی موفقیت را چگونه معنی می‌کنید؟
موفقیت را در "پذیرش" دیدم، امروز نه حسادت دارم نه از کسی بدم می‌آید! سعی می‌کنم از زاویه‌ی بهتری نگاه کنم تا در زندگی ام آرامش داشته باشم. مثلا در مورد همسر، از وقتی او را پذیرفتم تازه فهمیدم چقدر دوستش دارم. او چند وقت پیش فوت کرد و بعد از ۵۰ سال زندگی مشترک جای خالی‌اش را در خانه احساس می‌کنم، من سعی کردم دیگر از دریچه‌ی خودخواهی و غرور به زندگی و انسان‌های دور و برم نگاه نکنم و پس از آن پذیرش به وجود آمد. موفقیت خودم را در پذیرش تمام مسائل زندگی می‌دانم.

به نظر شما جای چه کسانی در انجمن خالیست؟
خیلی از دوستان را می‌خواهم در جلسات انجمن بینم اما بیشتر از همه‌ی آنها، به عزیزانی که لغزش کرده‌اند فکر می‌کنم. من در حال حاضر ۱۵ رهجو دارم اما زمانی تعدادشان ۵۰ نفر بود. البته بعضی‌ها راهنمای‌شان را عوض کردند و خوشحالم که باز هم آنها را می‌بینم، اما خبرهایی می‌شنوم از کسانی که متأسفانه لغزش

کرده‌اند یا کارتن خوابی می‌کنند... خیلی دلم می‌خواهد آنها دوباره برگردند، بعضی مواقع عکسهای‌شان را نگاه می‌کنم، جای خالی‌شان را احساس می‌کنم و برای‌شان دعا می‌کنم.

برای بانویی به سن شما و با وجود تحصیلاتتان، تسلیم برنامه بودن چه معنایی دارد؟

بگذارید خاطره‌ای برایتان بگویم، بلیط گرفته بودم که به مسافرت بروم، راهنمایم به من زنگ زد و گفت: «باید برای خدمت به جایی بروی» من بلیطم را پس دادم و برای انجام خدمت رفتم، برای من تسلیم بودن همیشه این بوده که به راهنمایم بگویم چشم! هیچ وقت نه نگفتم.

سارا خانم خاطره‌ی تلخ یا شیرینی از حضورتان در انجمن دارید که با ما در میان بگذارید؟

همه‌ی روزهای حضورم در انجمن خاطره‌ی خوبیست برای من و خانواده‌ام. شاید باور نکنید اما انجمن برای من خاطره‌ی تلخی نداشته است، کسانی بودند که به من اعتراض می‌کردند یا انتقاد می‌کردند، از آنها و رفتارشان نکات مهمی یاد گرفتم و باعث شد دیگران را به عنوان بیمار بپذیرم.

حرف آخر ...

به عنوان اولین بانویی که وارد انجمن الکلی‌های گمنام شدم و پس از همه‌ی تجربیاتم فقط شکرگزار خداوند هستم که این فرصت و توانایی را به من داد تا بتوانم خدمت کنم. از خودم هیچ چیزی ندارم و هرآنچه دارم فقط لطف خداست ... او از من محافظت کرد و امروز وقتی تعداد جلسات و تعداد بچه‌های پاک را می‌بینم در پوست خودم نمی‌گنجم. این بهترین تجربه‌ی ای است که داشته‌ام. هیچوقت با یک بال نمی‌شود پرواز کرد، یکی از این بالها خودم هستم و قطعاً بال دیگر پروازم یک الکلی دیگر است. ما با وجود یکدیگر قادر به پرواز هستیم.



ما شاهد اظهار نظرهای غیر اصولی زیادی در رابطه خدمت و ساختار خدماتی بودیم بطور مثال "نحوه رأی گیری و انتخاب خدمتگذار" که سالها با آن مشکل داشتیم. در یک گروه ۲۰ نفره سه نفر برای خدمت منشی نامزد می‌شدند نفر اول سه رأی، نفر دوم چهار رأی و نفر سوم هفت رأی کسب می‌کرد. سپس از دو نفر اول تشکر می‌کردند و به نفر سوم خدمت منشی را تبریک می‌گفتند!! هفت رأی از بیست رأی؟! آیا در اینصورت رأی وجدان گروهی پشت اوست؟ آن زمان می‌گفتند اکثریت. در حالی که اصلش این بود: "ما به اکثریت مستحکم نیاز داشتیم" یعنی نصف بعلاوه یک شرکت کنندگان در گروه، نه رأی دهندگان!

روال امور خدماتی و جلسات اداری هم به همین منوال بود. لازم است یاد آور شوم که ما در آن سالها به منابع و نشریات انجمن دسترسی نداشتیم و هرآنچه انجام می‌دادیم بر اساس تجربه چند عضو قدیمی بود و یا همفکری خود اعضای گروهها. در سالهای اولیه با بعضی از دوستان با ذوق و شوق و عاشق واقعی از این جلسه می‌رفتیم به آن جلسه، سپس می‌گفتیم امروز فلان جا یک جلسه استارت می‌خورد، بیایید برویم. این رفتار ما خیلی هم عالی بود اما هیچ توشه‌ای از سنت‌ها توی جیبمان نبود. با همان عشقی که از قدم‌ها یاد گرفته بودیم این امور اداری و خدماتی را هم انجام می‌دادیم. اما به محض اینکه یک گروه شد دو گروه مشکلاتمان هم شد دوتا، وقتی AA چهار گروه شد دیدیم مشکلاتمان شده چهار برابر. از خودمان پرسیدیم این نمایندگان بین گروهی کجا باید جلسه بگذارند و در مورد خدمات با همدیگر صحبت کنند؟ این سؤالی بود که منجر به تشکیل اولین شورای خدماتی در سال ۸۵ شد.

اما در مورد خاطرات که پرسیدید باید از عشق خالصی که آن سالها در بین اعضای قدیمی و عاشق موج می‌زد صحبت کنم. دوستی داشتیم (البته راهنمای ایشان از اعضای قدیمی AA در آمریکا بود و تاریخچه AA و اصول AA را خوب میشناخت) چند سال پیش فوت کردند و من همیشه برای شادی روحش دعا می‌کنم. از ایشان خواستیم که در مورد سنتها برایمان کارگاهی خصوصی بصورت هفتگی برگزار کند و خوشبختانه ایشان هم استقبال کردند. پذیرایی هر جلسه از مهمانان هم بعهده خودمان بود.

تعدادی از دوستان آقا و ۲ نفر از بانوان در این کارگاهها حضور پیدا می‌کردند و بلطف خدا تا حدودی با سنتها آشنا شدیم و در آن سالها برایمان خوب کار کرد. تا اینکه ساختار خدماتی مان شکل گرفت و دسترسی به نشریاتمان مقدور شد و با چاپ آنها بیشتر سؤالاتمان پاسخ داده شد و ابهامات ساختاری حل شد، کارگاه‌های بیشماری با موضوعات متفاوت و نیازهای ساختاری در سطح عمومی و در گروه‌ها برگزار گردید و آگاهی اعضا و نحوه عملکرد آنها بهتر شد.

همراهان عزیز، مصاحبه‌ی ذیل بخش دوم سلسله مصاحبه‌های هیئت تحریریه با یکی از اعضای قدیمی و باتجربه‌ی "انجمن الکلی‌های گمنام ایران" است. در این سلسله مصاحبه‌ها برآنیم شما را با "سنت ۱۲" انجمن آشنا کنیم. با عنایت به قواعد عاشقانه‌ی مستور در همین سنت‌ها، از آوردن اسم اصلی دوست مصاحبه‌شونده معذوریم و او را با نام راهنما به شما معرفی می‌کنیم!

ما و شما می‌دانیم هدف از این سلسله نوشتار دنباله‌دار، آشنایی با سنت‌ها و رعایت آنهاست تا به لطف پروردگار، خللی در جلسات ما بوجود نیاید.

در این شماره لازم دانستیم سوالات کلی و کلیدی در مورد سنت‌ها از جناب راهنما پرسیده شود که ایشان نیز با صحنه گذاشتن بر درخواست ما قبول زحمت کردند و آنچه می‌خوانید محصول تلاش خدمتگزاران شما در کمیته‌ی مجله است.

قطعاً ما می‌دانیم که بسیار کم می‌دانیم لذا خواهشمندیم نظرات خود را برای ما و مخصوصاً در مورد این مصاحبه به آدرس مجله ارسال کنید.

جناب راهنما ضمن سپاس از جوابهای قبلی، دوست داریم در مورد چگونگی یادگیری و آموزش دوازده سنت در سالهای اولیه‌ی عضویت خودتان در انجمن برایمان صحبت کنید و در صورت امکان از خاطرات آن سالها هم حرف بزنید. در واقع ما و خواننده‌های این مجله می‌خواهیم بدانیم چه شد این سنت‌ها به این خوبی شکل گرفت؟ اتفاقی بود؟ آموزشی بود؟ عشق بود؟ آیا معجزه‌ای در کار بود؟

راهنما: ما فکر نمی‌کردیم که قرار است این اتفاقات بیفتد. آن سالهای اولیه وقتی شروع کردیم به یادگیری سنت‌ها، متوجه شدیم تفاوتش با قدم‌ها این است که باید سنت‌ها را بصورت دقیق آموزش ببینیم و به‌قول معروف کاملاً صفر تا صدش را یاد بگیریم. سنتها یک سری اصولی بودند که ما باید یاد می‌گرفتیم و اول خودمان آنها را مراعات می‌کردیم و متوجه می‌شدیم هنگامی که توسط ما مراعات می‌شد اعضای دیگر هم بر اساس الگو پذیری، آنها را یاد می‌گرفتند و نهایتاً اجرایی‌اش می‌کردند. البته یادمان نرود که ما شاهد عصبانیت‌ها و خشم فراوان بعضی از اعضای آن سالها هم بودیم که متأسفانه ناشی از ناآگاهی بود که در گروه‌های اولیه وجود داشت.

هیچوقت فراموش نمی‌کنم وقتی بعد از هر کارگاه بدون در نظر گرفتن آداب رسمی سفره پهن می‌کردیم و قابلمه‌های غذای خانگی (که هر جلسه به عهده‌ی یک نفر بود) را می‌آوردیم، آن دوست قدیمی به ما گفت: «شما چند سال بعد تأثیر این سفره‌های همدلی را خواهید دید.» و ما امروز ۲۳ ناحیه در ایران داریم در حالی که آنروزها فقط ۳ جلسه‌ی AA وجود داشت...

خیلی جالب بود و حس عجیبی در داستان شکل‌گیری سنت‌ها به ما منتقل کردید. من احساس می‌کنم شما دقیقاً همان تجربه‌ی صد نفر اول AA را در ایران دوباره تجربه کردید. درسته؟

بله شک نکنید در هر شهر و دیاری که جلسات AA شکل می‌گرفت احساس تعهد می‌کردیم و چند نفر از بچه‌های قدیمی بلافاصله به آنجا عزیمت می‌کردیم و گاهی چند روز آنجا می‌ماندیم تا گروه شکل بگیرد.

اجازه دهید از حرفهای آن دوستی که سنت‌ها را با ما کار می‌کرد برایتان بگویم. او راسخ بود و معنوی و پرتلاش و این حس را هم به من منتقل می‌کرد و می‌گفت: «روی صندلی پنج تایی اتوبوس بنشین و برو تهران فلان محله یک ساعت و نیم زانو بزنی، گوش کن، یادداشت کن، یاد بگیر، و بعد از ظهرش برگرد.» و من هم آن کار را می‌کردم متوجه نبودم دقیقاً چه می‌کنم، فقط عشق این کار را داشتم. در آن سالها گاهی حتی در خانه‌ی ما داشتن یک غذای گرم میسر نبود اما همسر و فرزندانم از اینکه من هوشیار بودم و دارم برای هوشیاری بقیه‌ی همدرانم تلاش می‌کنم نه تنها به من خرده نمی‌گرفتند بلکه مشوق اصلی من بودند.

ما به توصیه‌ی آن آموزگار عزیز، آموزش سنتها را در AA شروع کردیم، در ابتدا در گروه‌ها استقبال نمی‌کردند. اینکه یک روز از جلسات را به سنت‌ها اختصاص بدهیم اصلاً قابل قبول نبود. آگاهی ما کم بود و یک افراط و تعصب و سماجت که ناشی از نا آگاهی بود هم وجود داشت که البته هیچ اشکالی نداشت. ما تلاش می‌کردیم علیرغم تمام کاستی‌ها و مشکلات و ناآگاهی خودمان و اعضا قدم‌ها را کار کنیم و اصول اولیه‌ی سنتها را رعایت کنیم. به محض اینکه گروه‌های AA رشد کردند مشکلات خاصی خودشان را نشان دادند، ما نیازمند کمیته‌های فرعی بودیم، یک ساختار نیاز داشتیم که نمایندگان گروه‌های ما در آنجا تبادل تجربه کنند و نیاز گروه‌ها مشخص شود. به تدریج که رشد کردیم کمیته‌های فرعی‌مان هم بر اساس به‌کارگیری همین سنت‌ها شکل گرفت و به گونه‌ای شد که استقبال از آنها به‌خوبی صورت گرفت و کم‌کم بچه‌های خدمتگزار خودشان گروه‌های سنت داشتند. در واقع ما کاری نکردیم ما همان بذرهایی اولیه را کاشتیم. رشد و شکوفایی شدن توسط دوستان خدمتگذار بود که در این مسیر حرکت می‌کردند.



راهنمای عزیز، چرا اکثر اعضای انجمن فکر می کنند که سنت ها پیچیده اند؟

این نوع تفکر بر اساس یک تجربه ی خام از سالهای گذشته در ذهن اعضا رسوخ کرده است و سخت ترین نوع کار برای فکر یک الکی این است که افکار قدیمی ذهنش را از مغزش بیرون بکشد. مثلاً از قدیم به ما گفته شده که اگر با همسرت مهربان و نرم برخورد کنی پر رو میشود این یک باور غلط بود. او همسر من است و باید عاشقش باشم. کتاب الکی ها می گوید: " حرف رمز ما عشق و مهربانی است." ذات بیماری الکلیم اینست که با هر چیزی که بوی قانون بدهد مشکل داریم و از آن گریزانیم. هر چیزی که بایستی و دستوری باشد از آن گریزانیم. در مورد سنت ها هم همین گونه بود.

خب البته این موضوع کمی طول کشید تا جا بیافتد و در زمان حال هم اگر از طرف بعضی از عزیزان استقبالی از سنتها نمی شود دلیلش ماندن همان باور غلط در وجودشان است که شاید سنت ها دست و بالشان را ببندد، شاید سنت ها دستور از طرف کسی است، شاید سنت ها قاعده است. این ذهنیت ها باعث دوری از یادگیری و اجرای سنتها شده است البته در سالهای اخیر علاقمندی به سنتها و رعایت آن خیلی بهتر شده خصوصاً وقتی ما به اعضای گروهها متذکر شدیم فراگیری سنتها برای زندگی خانوادگی و زندگی اجتماعی و حتی محیط کارشان هم مفید است. بگذارید مثالی برایتان بزنم به عنوان مثال من تماشای کانال خبر تلویزیون را دوست دارم یا مسابقات ورزشی مثل فوتبال اما غافل از اینکه من یک نفر از شش نفر از اعضای خانواده ام هستم. من جزیی هستم از این کل. وقتی دختر من علاقمند به تماشای سریال است چرا باید بگویم نه فقط شبکه خبر؟ ما شش دستگاه تلویزیون که نداریم! هر شش نفر می خواهیم از همین یک دستگاه استفاده کنیم. من از کارکرد سنتها یاد گرفتم علاقمندی جمعی را به علاقه ی شخصی ترجیح دهم و کانالی را تماشا کنم که اعضای بیشتری از خانواده ی من به آن رأی می دهند. افکار و اعمال من باید پیرو منافع گروهی باشد. در صورت رعایت منافع جمعی نفعش به من هم برمی گردد. ما در جلسات مان یاد می گیریم به منافع کل نگاه کنیم نه فقط منفعت شخصی مان. مثلاً اگر نماینده ی گروهی در ناحیه ی خدماتیش فقط از مشکلات گروه خودش حرف بزند، نهایت خود خواهی اش را نشان می دهد. ما جزیی از کل یک ناحیه ی خدماتی هستیم. ما به AA جهانی فکر می کنیم نه فقط گروه خودمان.

با این توضیحاتی که دادید، چه پیشنهاد خاصی برای اعضای که به سنتها علاقه ای نشان نمیدهند، دارید؟

ما یک اصل اساسی روحانی داریم که شاه کلید کار ما در انجمن است و آن داشتن تمایل است. هیچ چیزی در انجمن بایستی نیست. یک راهنما ممکن است اصلاً دنبال آموزش سنت نرود که اشکالی هم ندارد. اما من اگر چیزی که زندگی و حیات من به آن وابسته هست را درک کنم حتماً انجامش می دهم. مثلاً اگر ضرورت اتحاد در بین گروه ها را ببینیم، مطمئناً در زندگی اجتماعی و خانوادگی نمی توانم موفق عمل کنم. یادگیری و عمل به سنتها باعث رشد من در اجتماعاتی که زندگی می کنم می شود. حفاظت از گروههای AA از همین دسته اند. اگر گروهی نباشد من محکوم به مصرف هستم و در اینصورت از زندگی چیزی باقی نخواهد ماند!

ما گاهی در بخش اطلاعات در مورد AA می شنویم که کارگاه آموزش سنت در مکانی خاص برگزار می شود. می خواستم بپرسم اعضای انجمن نمی توانند خودشان سنتها را با مطالعه ی نشریات AA یاد بگیرند؟ باید حتماً بصورت مدون آموزش ببینند؟

فراگیری قدمها و سنتهای AA با خواندن کتاب میسر نیست و آموزش های خاص خودش را طلب می کند. همانطور که با مطالعه ی کتاب آشپزی کسی آشپز نمی شود. آیا شما کتاب آموزش شنا را بخوانی فردا شناگر می شوی؟ برای آموزش شنا یک مربی نیاز است که به شما نحوه ی تنفس گیری درست و استفاده ی صحیح از حرکات منظم دستها و پاها را آموزش دهد. وقتی می خواهیم سنتها را در گروه مراعات کنیم ابتدا باید آن را نزد اعضای که آموزش دیده اند یاد بگیریم و آنوقت است که خدمتگذار خوبی برای گروه و ناحیه و منطقه خواهیم بود. ابتدا سنتها را بصورت اصولی یاد می گیریم سپس آنها را رعایت می کنیم و در نهایت آنها را به دیگران انتقال می دهیم. اهمیت کارگاه ها از این بابت است که اعضای حاضر در آن تلاش می کنند تجربیات عملی گروه و ناحیه ی خودشان را بیان کنند و به دوست آموزش دهنده کمک می شود تا تجربیاتش را بهتر منتقل کند.

راهنمای عزیز، مطالب شما در مورد اهمیت سنتها بسیار دلنشین و ساده و آموزنده بود. لطفاً اگر صحبتی در پایان این مصاحبه دارید بفرمائید. بنده هم از شما دوستان در کمیته ی مجله "مسیر هوشیاری" تشکر می کنم امیدوارم که خداوند به شما عمر با عزت بدهد. و در راستای پیام رسانی هر چه بهتر موفق باشید. من و سایر اعضای انجمن که به یادگیری و سپس آموزش سنتها پرداختیم تقریباً از همه چیز خودمان گذشتیم. ما دنبال منافع شخصی و اسم و شهرتی نبودیم. خداوند را سپاسگزاریم. بقول آن دوست قدیمی، ما امروز نتیجه ی آن سفره های همدلی را می بینیم.





در این خانه چه می گذرد؟

خوانندگان عزیز؛

امیدواریم تا اینجای مجله حس و حال خوبی پیدا کرده باشید و با ما سایر مطالب را نیز مطالعه کنید.

در صفحه‌ی پیش‌رو، اخبار "این خانه" را منتشر می‌کنیم. بله "این خانه" یعنی خانه‌ی امن من و تو و هر کسی که تمایل پاک شدن و دوری از مواد مخدر و الکل را داشته باشد.

با حمایت خداوند و زحمات خدمتگزاران خوبمان در این خانه، خبرهایی هم داریم که می‌خواهیم شما را در جریان آن بگذاریم.

لطفاً شما هم با ارسال یک قطعه عکس با رعایت گمنامی و نوشتن چند سطر ساده، اخبار ناحیه‌ی خودتان را برای ما ارسال کنید تا منتشر شود.



آمار بروز انجمن الکی های گمنام ایران تا تاریخ ۱۴۰۲/۲/۹

تعداد نواحی خدماتی ۲۳	آقایان خدمتگزار گروه‌ها ۶۸۰۵	جلسات آقایان در هفته ۲۴۱۵	گروه آقایان ۴۳۹
خدمتگزاران ذی‌نواحی خدماتی ۲۷۶	بانوان خدمتگزار گروه‌ها ۲۵۱	جلسات بانوان در هفته ۵۱	گروه بانوان ۲۰
استانهای فعال ۲۲	کل خدمتگزاران گروه‌ها ۷۰۵۶	جلسات بسته در هفته ۲۴۶۶	کل گروه‌ها ۴۵۹
شهرستان های فعال ۹۱			

تعداد کل خدمتگزاران انجمن : ۲۳۵۷

تعداد جلسات باز : ۰

"کمیته‌ی اطلاعات عمومی انجمن الکی‌های گمنام ایران" با هدف آشنایی مردم خصوصاً دوستان همدردمان، با اهداف انجمن و همین‌طور درخواست عضویت به همه‌ی کسانی که از بیماری اعتیاد و الکیسم رنج می‌برند با هماهنگی قبلی کسبه، مدیران کلینیک‌ها و برخی از مغازه‌داران محترم بنرهایی را در سطح شهر نصب می‌کند.



برگزاری کارگاه شرح وظایف خدمتگزاران منطقه ایران مهرماه ۱۴۰۱ با هدف آشنایی بیشتر اعضای خدمتگزار با وظایف محوله‌ی آنها



برگزاری کارگاه "فضای مجازی" در اردیبهشت ماه ۱۴۰۱ با هدف آشنایی بیشتر با این کمیته و فعالیت اصولی در بستر اینترنت



برگزاری جلسه شورای ناحیه ده خدماتی در اردیبهشت ماه ۱۴۰۲ با حضور خدمتگزاران این ناحیه، با هدف بررسی فعالیت‌های این ناحیه



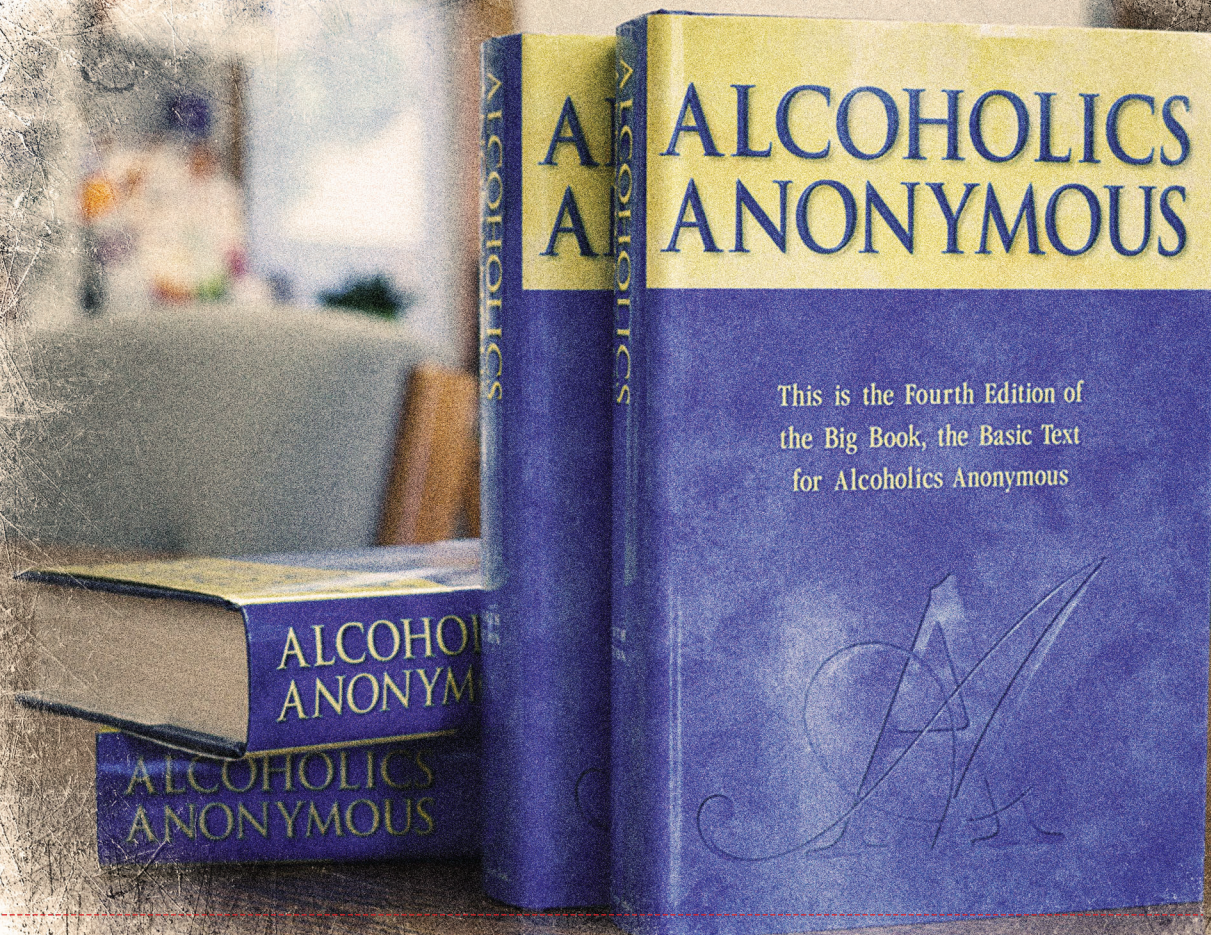
نصب بنر اطلاعات عمومی در سطح شهر مشهد در سال ۱۴۰۱



اجازه دهید نشریات هم پیام انجمن را انتقال دهد...

امروز هم مانند روزهای اولیه‌ی انجمن الکلی‌های گمنام، پیام درمان اعتیاد به الکل با گفتگوی یک الکلی با الکلی دیگر انتقال پیدا می‌کند. ولی از زمان انتشار اولین ویرایش کتاب بزرگ در سال ۱۹۳۹، نشریات انجمن نقش مهمی در انتشار پیام انجمن و بیان اطلاعات گام‌های دوازده‌گانه برنامه درمانی انجمن داشته است.

بیل دابلیو یکی از مؤسسان انجمن، که اغلب تأثیر نشریات انجمن را «بی حساب» می‌دانست در شماره‌ی می ۱۹۶۴ گریپ واین می نویسد: «برای مثال فرض کنید در طول بیست سال گذشته انجمن هیچوقت نشریه، کتاب یا جزوه‌ای منتشر نمی‌کرد، با اندکی تخیل می‌فهمیم که امروز پیام ما به طور اصلاح ناپذیری تحریف شده بود. روابط ما با پزشکی و مذهب از هم پاشیده بود. امروز از نظر الکلی‌ها به طور کلی یک جوک محسوب می‌شدیم و از نظر عموم مردم غیرقابل فهم بودیم. انجمن بدون نشریات خود مطمئناً در ورطه مناقشات و چند دستگی می‌افتاد» (زبان دل، ص ۳۴۸) حرف‌های بیل برای امروز هم کاملاً صادق است. وقتی یک تازه وارد برای اولین بار به یکی از گروه‌های انجمن پا می‌گذارد، می‌توان فهرست جلسات، جزوه‌های اصلی درمان و بسته به وجدان گروهی شاید یک نسخه از کتاب بزرگ را به او ارائه داد.



کارکردهای اصلی کمیته نشریات چیست :

نشریات بهترین راه انتقال پیام انجمن به الکی‌هایی است که هنوز رنج می‌کشند. وقتی ما آنها را به صورت مکتوب می‌بینیم امکان ندارد سردرگمی به وجود آید.

کمیته نشریات در ایران :

در اوایل تشکیل ساختار خدماتی انجمن الکی‌های گمنام ایران کمیته انتشارات تشکیل و به ترجمه و چاپ کتاب الکی‌های گمنام با تیراژ کم و بصورت افسس پرداختند که بعد از طی چند سال و کسب تجربه در این مورد نشریات دیگری نیز اضافه و در اختیار سایر الکی‌های در بند قرار گرفت و با توجه به پیشرفت روزافزون و تخصصی شدن خدمات انجمن در زمینه نشریات نیاز به یک کمیته تخصصی ترجمه و ویراستاری مشهود بود که با تأیید صاحبان رأی در سال ۱۳۹۷ این کمیته تشکیل و به انجام این وظایف مشغول گردید.

در این تاریخ تعداد نشریات ارائه شده توسط کمیته نشریات به تعداد ۳۵ عنوان بود که بعد از این تفکیک خدماتی اکنون تعداد ۹۶ عنوان نشریه تخصصی، خدماتی، کارگاهی، سنتی و بهبودی به چاپ رسیده و حدود ۱۱ عنوان کتاب و پمفلت نیز به ویراستاری مجدد مانند کتاب بیگ بوک، ۱۲+۱۲، به باور رسیدن، دیدگاه بیل، هوشیار زیستن و ... اقدام شد و در اختیار بیش از ۴۶۰ گروه انجمن قرار گرفت .

این کمیته در حال حاضر مشغول بررسی و نیاز سنجی نشریات مورد نیاز گروه‌ها، ساختار خدماتی می‌باشد تا بتواند از انبار کردن نشریات تخصصی و از بین رفتن سرمایه انجمن جلوگیری کند.

وقتی در پائیز سال ۱۳۸۵ اولین شورای خدماتی الکی‌های گمنام در مشهد با ۳ کمیته ی اطلاع رسانی، کارگاه‌ها و نشریات آغاز به کار کرد تا دو سال بعد حسرت چاپ کتاب الکی‌های گمنام بر دلمان مانده بود تا جایی که بعضی از اعضاء آن را رونویسی می‌کردند.

و اما امروز به لطف خدای بزرگ که همیشه همراهان بوده و هست، این کمیته حدود ۲۶۸۰۰۰ جلد نشریات مختلف را طی دو سال گذشته به چاپ رسانده و در اختیار نواحی خدماتی ۲۳ گانه قرار داده است.

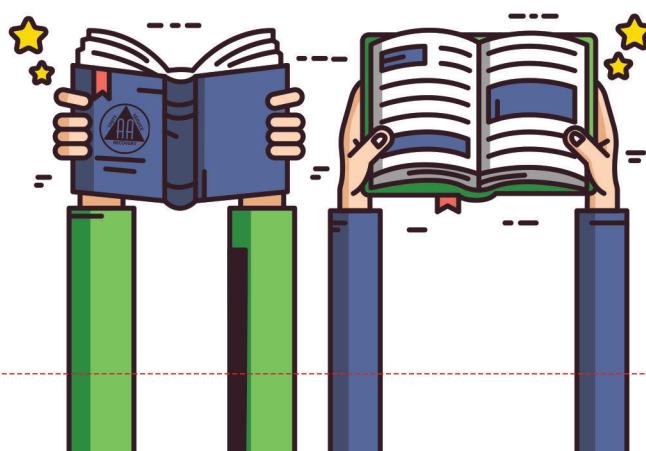
• اطلاع رسانی به اعضای گروه‌ها، گردهمایی‌های منطقه یا ناحیه از طریق ویتترین یا دیگر روش‌های مناسب، درباره همه نشریات مورد تأیید کنفرانس
• آشنایی با اطلاعات ارائه شده در وبسایت دفتر خدمات عمومی
www.aa.org

و وبسایت انجمن الکی‌های گمنام ایران
www.aairan.org

• فراهم کردن نشریات برای فعالیت‌های گروه‌ها، ناحیه و منطقه
• بررسی پیشنهادات مربوط به افزودنی‌ها و تغییرات در نشریات مورد تأیید کنفرانس و منابع صوتی تصویری.
• تشویق اعضای انجمن برای خواندن و خرید نشریات انجمن

مسئولین کمیته نشریات شورای خدمات عمومی چه کاری انجام می‌دهند؟

- موجودی نشریات پیشنهادی را برای دادن به نمایندگان خدمات عمومی جدید حفظ می‌کنند.
- موجودی کاتالوگ‌های نشریات، جزوه‌ها، کتاب‌ها و منابع صوتی تصویری و دیگر منابع مورد تأیید کنفرانس خدمات عمومی را حفظ می‌کنند.
- این منابع را برای نمایش و فروش در فعالیت‌هایی از قبیل کارگاه‌ها، کنفرانس‌ها، نشست‌ها، دوره‌ها و جلسات فراهم می‌کنند.
- در صورت لزوم برای فعالیت‌های منطقه نشریات را سفارش می‌دهند.
- با کلیت محتوای همه نشریات آشنایی پیدا می‌کنند تا به پرسش کنندگان اطلاعات بدهند .
- در فعالیت‌های کمیته نشریات نماینده دارند و مشارکت می‌کنند و هر از گاهی با دفتر خدمات عمومی مکاتبه می‌کنند.





هر بار که این موضوع چه در ناحیه یک و چه در شورای خدمات عمومی بررسی می‌شد به نتیجه نمی‌رسید، تا اینکه در سال ۱۳۹۸ یکی از اعضاء بانوان به عنوان خدمتگزار کمیته‌ی فرعی آموزش کارگاه‌ها در ناحیه یک برگزیده شد. بر همین اساس با بهره‌گیری از تجربه‌ی اعضای قدیمی انجمن اکلای‌های گمنام ایران در مشهد تصمیم به برگزاری کارگاه‌های آموزش بانوان جهت پرورش و آموزش خدمتگزار ساختار گرفته شد. همزمان اعضای قدیمی بانوان در مشهد به همراه خدمتگزاران شورای خدمات عمومی و چند تن از اعضاء قدیمی در چند جلسه همفکری، تبادل نظر و هماهنگی با بررسی شرایط گروه‌های بانوان به این نتیجه رسیدند که گروه‌های بانوان از نظر رشد و تعداد اعضاء، خودکفائی و آموزش نیروهای خدماتی به بلوغ رسیده‌اند.

این اتفاق با مطرح شدن در ناحیه‌ی یک خدماتی و شورای خدمات عمومی منجر به تشکیل ناحیه هفده خدماتی مخصوص بانوان در ایران شد و گروه‌های بانوان از ناحیه یک جدا شدند. در یک جلسه از پیش هماهنگ شده از طرف شورای خدمات عمومی با حضور نمایندگان گروه‌های بانوان و یک تیم خدماتی از خدمتگزاران منطقه، اساسنامه و خط مشی ناحیه خدماتی هفده نوشته و با رأی وجدان گروه‌های بانوان تأیید گردید، این جلسه در آبان ماه سال ۱۳۹۸ برگزار شد.

گروه‌های بانوان در طول ده روز با اطلاع رسانی در گروه‌های خود و تشکیل اولین جلسه برای انتخاب خدمتگزاران خود اقدام به رأی‌گیری کردند. خدمتگزارانی جهت میز اداری و کمیته‌های فرعی اطلاع رسانی کمیته‌ی آموزش کارگاه‌ها، کمیته‌ی پیام رسانی به مراکز درمانی و اصلاحی، کمیته‌ی نشریات، کمیته‌ی امور مالی و دو نفر رابط جهت شورای خدمات عمومی انتخاب شدند.

جمعه اول آذرماه ۱۳۹۸ اولین جلسه‌ی شورای خدماتی ناحیه هفده تشکیل شد و رابطین آن از دی ماه ۱۳۹۸ خود را به عنوان یک ناحیه‌ی جدید در شورای خدمات عمومی معرفی کردند. در اواخر سال ۹۸ و شیوع ویروس کرونا در سطح جهان و بسته شدن گروه‌ها و کاهش فعالیت بخش‌های خدماتی در ساختار نواحی و منطقه ایران و دفتر خدمات عمومی طبیعتاً گروه‌های بانوان و ناحیه هفده خدماتی هم درگیر این اتفاق بودند. اما علیرغم تازگی و نوپائی ساختار خدماتی این ناحیه، بخاطر تلاش، پیگیری و مشورت خدمتگزاران و اعضاء، هم‌چنان سرپا ماندند و به‌صورت مستقل و البته در هماهنگی با شورای خدمات عمومی به فعالیت خود ادامه دادند.

با شروع جلسات اکلای‌های گمنام در مشهد تعداد کمی از بانوان در جلسات به همراه آقایان شرکت می‌کردند و حتی به عنوان خدمتگزار در گروه فعال بودند. با ایجاد شورای خدماتی ناحیه‌ی خراسان و تصمیم‌گیری مبنی بر جداسازی گروه‌های آقایان و بانوان، تعداد کمی از بانوان اکلای تصمیم گرفتند تا با مشورت و همکاری، گروهی برای خودشان راه اندازی کنند.

اولین گروه مخصوص بانوان در محل "کلینیک خراسان" واقع در نبش پل استقلال مشهد استارت خورد اما پس از مدتی این گروه تعطیل شد. همزمان با رشد گروه‌های آقایان و استارت گروه‌های صبح، ظهر و شب آقایان در ورزشگاه صیاد شیرازی قاسم آباد، یک جلسه عصر بانوان (به نام رها) راه اندازی شد، سپس جلسه "ترنم" در مکان چهارراه فرامرزی عباسی شروع بکار کرد و همچنین جلسه "پرواز" واقع در بلوار وکیل آباد / گروه "طلیعه نور" و "شفق" در سیدرضی به صورت زوج و فرد شروع به فعالیت کردند.

رشد گروه‌های بانوان و افزایش تعداد اعضاء باعث تشکیل گروه‌های دیگری نیز شد از جمله: گروه‌های "آفرین" و "عصر معجزات" به صورت زوج و فرد واقع در چهارراه اندیشه / گروه "سپهر" در طبرسی / گروه "طلوع" در خیابان بهار / "افق" در راهنمایی / گروه "ثنا" و "محراب" در پارک حجاب بلوار هدایت / دو گروه در محله قائم سیدی و جاده قدیم قوچان (توس ۷۲) در سال ۱۳۹۰ ناحیه خراسان به دو بخش جغرافیایی تقسیم و تبدیل به ناحیه یک و ناحیه دو خدماتی شد اما همچنان گروه‌های بانوان با وجود پراکندگی در سطح شهر مشهد در ناحیه یک مشغول فعالیت بودند.

از سال ۱۳۹۵ زمزمه‌هایی جهت جدا شدن گروه‌های بانوان و تشکیل یک ناحیه‌ی خدماتی مستقل بود اما چالش‌های زیادی بر سر راه بود از جمله اینکه آیا استعداد خدماتی دارند؟! آیا تعداد اعضاء رو به رشد است؟! آیا از پس هزینه‌های جاری در یک ناحیه خدماتی برمی‌آیند؟! آیا نیروهای آموزش دیده جهت فعالیت در کمیته‌های فرعی (اطلاع رسانی، آموزش کارگاهی، پیام رسانی) میز اداری و غیره را دارند؟!!

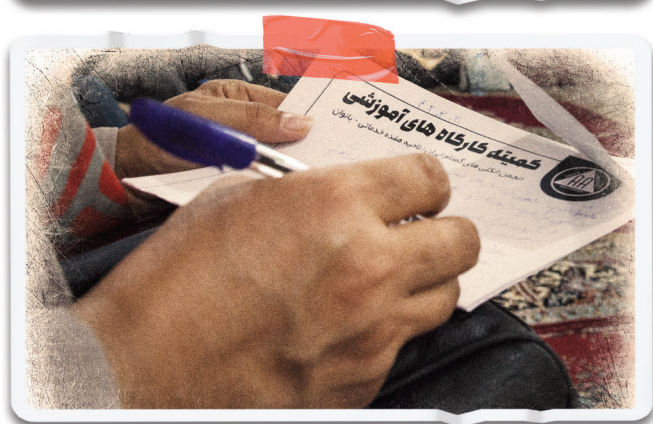
اکنون پس از گذشت بیش از سه سال از آن روزها ناحیه هفده بانوان علاوه بر گروه‌های فعال در مشهد، پذیرای گروه‌های زیر در سرتاسر ایران می‌باشد:

- گروه صبح هوشیاری / درگز (خراسان شمالی)
- گروه باران / نیشابور
- گروه زندگی دوباره / گلپه‌هار
- گروه عشق بی پایان / اصفهان
- گروه همدلی / گنبد کاووس
- گروه ندای یاران / زابل
- گروه ندای آرامش / زاهدان

مجموع گروه‌های ناحیه هفده خدماتی ۱۴ گروه می‌باشد (۷ گروه در مشهد و ۷ گروه در شهرهای دیگر ایران)، خدمتگزاران گروه‌های بانوان شامل ۱۳۰ نفر می‌باشند و تا تاریخ ۱۴۰۲/۰۳/۰۵ سی‌امین جلسه ناحیه هفده خدماتی برگزار شده است.

نگاهی به فعالیت‌های این ناحیه :

- برگزاری ۱۴ کارگاه آموزش عمومی
- برگزاری کارگاه آشنایی با نشریات و کتاب پایه الکی‌های گمنام
- برگزاری کارگاه آموزشی خدمتگزاران ساختار
- برگزاری کارگاه آموزش نمایندگان خدماتی گروه‌ها (حضوری و آنلاین)
- برگزاری ۳۰۶ کارگاه درون گروهی تا اردیبهشت ماه ۱۴۰۲
- ارسال پک‌های نشریات و پمفلت‌های برگزاری جلسات بهبودی برای گروه‌های تازه تأسیس





همراهان گرامی؛ در این شماره قصد داریم کتابی را به شما معرفی کنیم که درباره‌ی یکی از پیشکسوتان و بنیانگذاران انجمن است.

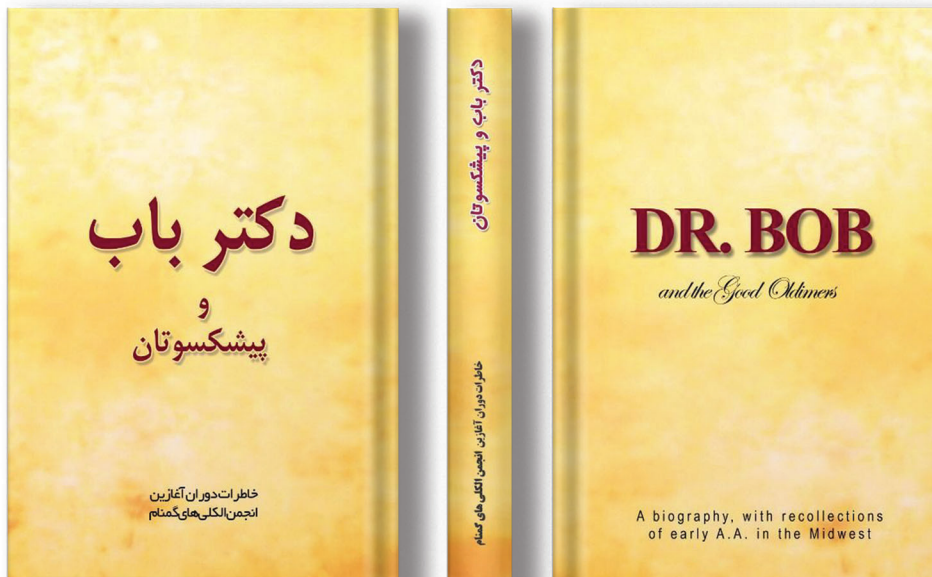
در آوریل ۱۹۷۷ اعضای کنفرانس خدمات عمومی انجمن جهت تصویب کلیات یک کتاب- که بعد از مدتی «دکتر باب و پیشکسوتان» نام گرفت- گرد هم آمده بودند چنین می‌گویند: ابتدا قرار بود زندگینامه مؤسسان انجمن، با هم نوشته شود. وقتی دیدیم عملی نیست تصمیم گرفتیم ابتدا زندگینامه دکتر باب و در ادامه بیل دبلیو را بنویسیم.

آنها درباره‌ی این کتاب این گونه ادامه می‌دهند: کودکی و نوجوانی دکتر باب در سال‌های پایانی قرن گذشته سپری شد. حتی با تمام تحقیقات جامعی که صورت گرفت، این دوران به چند ماه و چند سال محدود می‌شود که از آن میان فقط نکات کلی را می‌توان بیان کرد. مطالب مربوط به دوران بزرگسالی دکتر باب در ابتدا به عنوان الکلی و پس از آن به عنوان الکلی در حال بهبودی بسیار غنی است. دکتر باب در همان موقعیتی قرار داشته است که دیگر اعضای انجمن قرار دارند؛ یعنی بدون انجمن زندگی وی کوتاه و نیز پایان غم‌انگیزی داشت.

در ادامه توضیحات این اعضا که در مقدمه کتاب نیز آمده چنین عنوان شده: بخشی از سرگذشت فردی و کلی دکتر باب از منابع و تحقیقات انجمن که در آرشیو دفتر خدمات عمومی در نیویورک موجود است استخراج گردید ولی عمده آن از گفتگوهای حضوری با اقوام، دوستان و آشنایان وی و اعضای اولیه انجمن در ایالت‌های غربی به دست آمده است.

ترجمه فارسی این کتاب در ۲۹ فصل تهیه و به دفعات چاپ و در اختیار اعضای انجمن الکلی‌های گمنام ایران قرار گرفته است. کتاب دکتر باب و پیشکسوتان به دوران کودکی، تحصیل و دانشگاه، مصرف‌های هر از گاهی، اجبار به مصرف، آشنایی با بیل، قطع مصرف، تأسیس انجمن و سال‌های آخر عمر وی پرداخته است.

در قسمتی از کتاب می‌خوانیم: «در ۱۶ نوامبر ۱۹۵۰ دکتر باب با درد از این جهان به «افقی جدید» رهسپار شد.» مراسم تدفین در کلیسای قدیمی «اپیسکوپال» توسط «دکتر والتر تانکس» انجام شد که ۱۵ سال قبل از آن با برداشتن تلفن راه آشنایی باب و بیل را برای اولین بار هموار کرده بود. دکتر باب همانند یک آدم عادی در کوهستان آرام و کنار همسرش «آنی» به خاک سپرده شد...»





آن نوشیدنی او را از اجبار و فشار و قوانینی که بشر برای خود تدوین کرده است و در بسیاری مواقع سبب ناکامی او می‌شود می‌رهند پس به قامت حیوانی تبدیل شدن نوعی رهایی به حساب می‌آید.

جکیل اکنون تبدیل به شخصی دیگر شده است و نام آقای هاید بر این هویت جدید خود می‌گذارد.

او به محله‌های پایین شهر می‌رود و به عیاشی می‌پردازد و حتی زنی که کارگر جنسی است را به اسارت در می‌آورد و او را آزار می‌دهد. تا جایی که خبر بازگشت نامزدش را می‌شنود. او تصمیم می‌گیرد که دیگر ننوشد. اما بخشی از داستان که به حال برخی از ما الکی‌ها نزدیک است و در فیلم ۱۹۳۱ مطرح نشده است، در فیلم ۱۹۴۱ و رمان اصلی آمده است این است که جکیل چند ماه نمی‌نوشد و حتی کارهای خیر خود را بیشتر می‌کند اما در نهایت دلش برای آن آزادی تنگ می‌شود و مجدد به سراغ نوشیدن می‌رود.

نامزد جکیل پس از برگشتن متوجه ضعف حال جکیل می‌شود و به پدر اصرار می‌کند که مراسم ازدواج را جلو بیندازد، پدر به درخواست دختر تن می‌دهد. قرار می‌شود که مهمانی تدارک ببینند و رسماً زمان ازدواج آنها را اعلام کنند. اما جکیل نمی‌تواند به مهمانی برود چرا که همان شب در حالی که در پارک راه می‌رود این بار بدون اینکه بنوشد تبدیل به آقای هاید می‌شود. دیگر انتخاب زمان ظهور آقای هاید از دسترس جکیل خارج شده است. جکیل در مورد این درد با هیچکس حرفی نمی‌زند.

جکیل با واقعیت فاصله دارد و هر بار در برابر واقعیات زندگی ناکامی و خشم به هاید تبدیل می‌شود. تا جایی که هاید به مرور بر او و اختیارانش غلبه می‌یابد. و سبب قتل یک زن می‌شود. او که در گذشته تنها به دانش ایمان داشت فریاد بر می‌آورد و از خدا طلب کمک می‌کند و برای توبه از نامزدش جدا می‌شود. مجدد پس از تماشای گریه‌های نامزدش به هاید تبدیل شده و به او حمله می‌کند، پدر نامزدش را به قتل می‌رساند و فرار می‌کند. در انتهای داستان اصلی جکیل از ترس بی‌آبرویی خود را در آزمایشگاه محبوس کرده و مدام زیر بار شکنجه‌ی ندامت است، و در نهایت خودکشی می‌کند.

با دیدن این فیلم پی به شباهت زیاد شخصیت دوگانه‌ی دکتر جکیل و مستر هاید و شخصیت یک الکی خواهید برد.

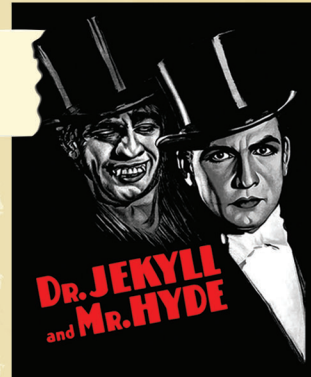
... این همان شخصی است که شما را حیران کرده است و بویژه ضعفش در کنترل مشروب بیشتر باعث تعجب شما می‌شود، او در حال مشروب‌خواری کارهای بی‌معنی، غیر قابل تصور و غم‌انگیزی انجام می‌دهد و یک "دکتر جکیل و مستر هاید" واقعی است.
(الکی‌های گمنام، ص ۵۲)

دکتر جکیل و آقای هاید نام داستانی است که "رابرت لوییس استیونسن" نوشت. این اثر، منبع نوشته‌ها و فیلم‌های زیادی در یک قرن اخیر بوده است و این خود نشان از تأثیرگذاری این اثر است. اولین فیلمی که از روی این داستان ساخته شد پیش از ورود صدا (۱۹۲۰)، به سینما به صورت صامت ساخته و پس از آن در سال ۱۹۳۱ فیلمی به کارگردانی "روبن ماملیان" ساخته شد که با اقبال بسیاری مواجه شد، دکتر جکیل به دفعات تبدیل به فیلم شده است. (سالهای ۱۹۴۱، ۲۰۰۸، ۲۰۲۱، ۲۰۲۲ و...)

فیلم دکتر جکیل و آقای هاید (۱۹۳۱، کارگردان: روبن ماملیان) با شروع خیره‌کننده‌اش مقدمه‌ی خوبی برای همراه شدن ما با شخصیت اصلی داستان است و دوربین در جای اول شخص قرار دارد. نگاه ما با دکتر جکیل یکی است و در حقیقت همه‌ی ما در ابتدا جکیل هستیم. تا جایی که در آینه با او روبه رو می‌شویم، حال ما در جایگاه دانای کل به داستان نگاه می‌کنیم.

دکتر جکیل فردی انسان دوست و موقر است. او به دنبال اختراع دارویی است که خیر و شر را در وجود انسان تفکیک کند (تفکیک لذات نفسانی و کنترل کردن خیر و شر)، جکیل عجز است و برای فرار از ناکامی‌ها (نرسیدن به نامزد، کنترل میل جنسی، نادیده گرفته شدن در کار) به دنبال یافتن راهی میانبر است. در قسمتی از فیلم جکیل رو به دوستش می‌گوید: (ما میتونیم کارهامونو کنترل کنیم اما امپالمونو نه...) و این نخستین اشاره بر دوگانگی شخصیت و تفکیک این دو بخش از یکدیگر است.

پس برای نخستین بار دارویی که اختراع میکند را می‌نوشد. سرگیجه می‌گیرد و تبدیل به فردی زشت‌رو می‌شود. در آینه نگاه می‌کند و فریاد می‌زند که آزاد شدم ...





افقی | HORIZONTAL

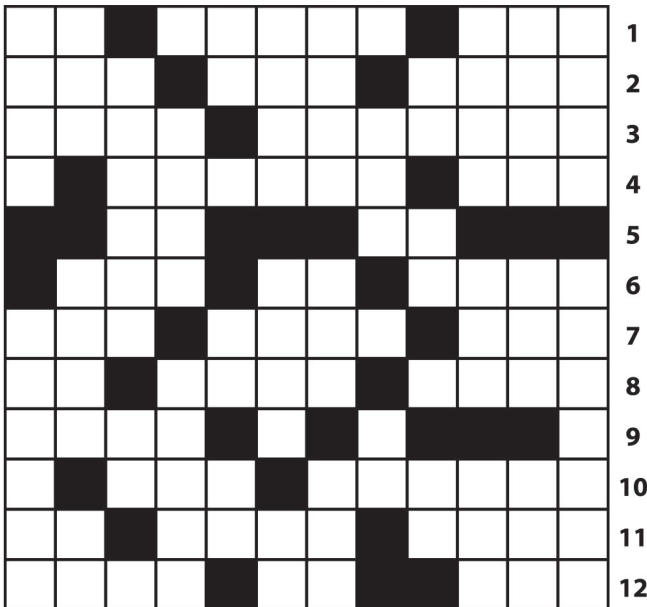
۱- لقب الکل در کتاب الکل‌های گمنام - اعتماد و اعتقاد به نیروی مافوق - پستی در فوتبال ۲- اثر حساسیت جسمی و آلرژی - حیوان نجیب - لیست غذا ۳- مخالف مستی - ثابت نیست ۴- از آنطرف باران زاست - چشم انداز ۵- حرف همراهی دم و لحظه ۶- دشمن شماره یک الکل‌ها - الکل آن را وارد بدن خود میکند - خانه ابدی ۷- محله‌ای در تهران - مفهوم سنت یک - پیشرفت و نمو ۸- شهرآورد - رهبر و سردسته، الکل‌ها عاشق بازی کردن نقش آن هستند - طرف و جهت ۹- پول خرد قدیمی و از سبزیجات ۱۰- از صفات بیماری الکلسم - پایتخت تمدن سومر ۱۱- مقابل گرما - سازمان فضایی امریکا - ساز مولانا ۱۲- کل و تمام - شهر زلزله خیز کرمان - داستان سرا و قصه‌گو

عمودی | VERTICAL

۱- همسر زن - تعداد طلایی جلسه برای الکل‌ها مخصوصاً تازه‌واردین ۲- صبوری این پیامبر سرمشق الکل‌هاست - مرتجع فلزی - باغ شیراز ۳- انکار و نپذیرفتن حقیقت - نارو و رو دست خوردن - خواهر پدر ۴- محل تولد رازی کاشف الکل - صنم - نت میانی ۵- اطوار - آخرین رمق ۶- فلانی - زمانی برای دعا به توصیه‌ی کتاب الکل‌های گمنام - کنار و بغل ۷- راه - اداره کننده - مادر عرب ۸- مایه حیات - چای فرنگی - برگ برنده ۹- از هفت سین‌ها - خشک کن مو ۱۰- برای الکل مسیر بی حاصلی است - مخفف اگر ۱۱- ساختمان - زیرمیزی - تازه و جدید ۱۲- آتشدان - از قوای سه‌گانه ارتش



12 11 10 9 8 7 6 5 4 3 2 1



با تکمیل این جدول و ارسال آن به ده نفر از کسانی که پاسخ صحیح داده باشند، به قید قرعه جوایزی اهداء خواهد شد. از طریق راهبای ارتباطی زیر با ما در تماس باشید :



۰۹۱۵۷۶۸۵۳۸۳



masir.houshyari@gmail.com





این در همیشه باز است ...

شما هم می‌توانید برای ما بنویسید.

خود را با اسم کوچک و حرف اول فامیلی معرفی کنید.

- چه جذابیتی در پیام رسانی دیدید؟
- روزی که وارد جلسات شدید چه حسی داشتید؟
- آیا حاضرید شما هم در آینده‌ای نزدیک پیام رسان انجمن باشید؟



خوانندگان عزیز؛

در صفحه‌ی پیش‌رو، خاطره‌های کوتاهی از عزیزان تازه واردی می‌خوانیم که با تلاش اعضای «کمیته‌ی پیام رسانی» انجمن الکی‌های گمنام ایران به ما پیوسته‌اند. با همکاری صمیمانه‌ی دوستان کمیته‌ی پیام‌رسانی، سؤالاتی از عزیزان تازه‌وارد پرسیدیم که ما حاصل این مصاحبه‌های کوتاه و خاطره‌انگیز را در این صفحه مطالعه خواهید کرد. همان‌طور که می‌گوییم «تازه‌واردان مهم‌ترین اعضای انجمن هستند» بر این باوریم که این کلمات نیز مهم‌ترین نوشته‌های این شماره خواهند بود.

شهیاد.ش

چه جذابیتی در پیام رسانی دیدید؟

برای من مهم‌ترین جذابیت، هدفمندی و برنامه‌ی انجمن و نظم و هماهنگی آن بود و اینکه اعضای انجمن تجربیاتشان را به صورت رایگان در اختیار ما می‌گذاشتند.

روزی که وارد جلسات شدید چه حسی داشتید؟

یکی از آرزوهای من آمدن به جلسات و ماندن در آن بود و به لطف خدا با انجام دادن اصول و آنچه اعضای قدیمی می‌گفتند در جلسات تا امروز ۷ سال و ۹ ماه و ۸ روز است که پاک و هوشیارم.

آیا حاضرید شما هم در آینده‌ای نزدیک پیام رسان انجمن باشید؟

بله صددرصد، چون از نظر من بهترین روش برای انتقال پیام بدون خسارت به خود و دیگران، از طریق کمیته‌ی پیام رسانی می‌باشد.

سعید.ش

چه جذابیتی در پیام رسانی دیدید؟

حال خوب و انرژی خوبی که اکثر آدمهایی که برای پیام رسانی به مرکز بهبودی می‌آمدند، زندگی خوب و آرامشی که به واسطه‌ی انجمن در زندگیشان به وجود آمده بود، من را جذب انجمن کرد.

روزی که وارد جلسات شدید چه حسی داشتید؟

همه‌ی حرف‌هایی که شنیدم و تمام آرامش و حس و حال خوبی که تعریف می‌کردند حس کردم و متوجه شدم حرف‌هایشان واقعیت دارد.

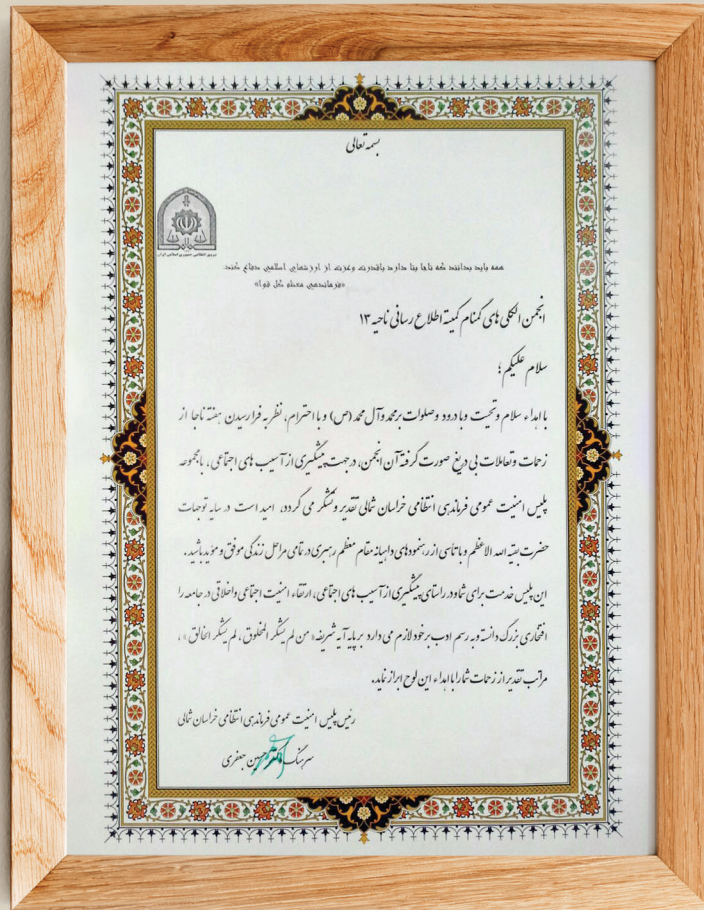
آیا حاضرید شما هم در آینده‌ای نزدیک پیام رسان انجمن باشید؟

بله حتما، دوست دارم این پیام را به یک نفر دیگر انتقال بدهم تا او هم بتواند آرامش، حال خوب و زندگی سالم را تجربه کند.

به انجمن الکی‌های گمنام خوش آمدید

WELCOME





تقدیرنامه

«اهدا شده به انجمن الکلی های گمنام ایران»

به پاس خدمت در راستای پیشگیری از آسیب‌های اجتماعی و ارتقا امنیت اجتماعی و اخلاقی
از سوی رئیس پلیس محترم امنیت عمومی فرماندهی انتظامی خراسان شمالی
”سرهنگ دکتر حسین جعفری“

...

این مسیر ادامه دارد ...



من وقت زیادی صرف می کنم، تا آنچه را
آموختم با طالبان و نیازمندان در میان بگذارم
و برای آن چهار دلیل دارم:

- ۱- احساس وظیفه می کنم.
- ۲- برایم کار لذت بخشی است.
- ۳- با انجام آن بدهی خود را به کسی که وقت خود را صرف رسانیدن این پیام به من کرد می پردازم.
- ۴- هر بار که آن را انجام می دهم قدری بیشتر خود را در برابر لغزش بیمه می کنم.

«دکتر باب اسمیت»