

فصلنامه الکی های گمنام ایران

هوسپاری



- پول هم به دادم نرسید
- مهر آزادی کف دست
- آخرین گیلان باب



الکلی های گمنام انجمن زنان و مردانی است که با بهره گیری از تجربه، امید و اتکا به یکدیگر برآند تا مشکل مشترکشان را حل کنند و دیگر مبتلایان را نیز در بهبودی از بیماری الکلیسم یاری دهند.

تنها لازمه عضویت تمایل به ترک الکل است. در الکلی های گمنام حق عضویتی وجود ندارد و ما از طریق شرکت داوطلبانه در مخارج انجمن خود کفا هستیم. الکلی های گمنام با هیچ انجمن سیاسی، دینی و یا اجتماعی پیوستگی ندارد و مایل به موضع گیری در مسائل اجتماعی نیست و هیچ اصولی را رد یا قبول نمی کند. هدف اصلی ما «هوشیاری» و کمک به دیگر الکلی ها است تا به هوشیاری برسند.

۱	سخنی با خوانندگان
۲	یادداشت سردبیر
۳	پول هم به دادم نرسید (داستان یک بانوی الکی)
۴	هیجانان و ترس‌های دهه ۴۰
۸	در این خانه چه می‌گذرد؟
۱۱	مُهر آزادی کف دست!
۱۴	افسانه‌ها و تصورات غلط در مورد AA
۱۷	آخرین گیلای باب
۱۹	تلفن همراه!... بهبودی؟

نشریه داخلی انجمن الکی‌های گمنام ایران
زیر نظر هیات تحریریه کمیته فصلنامه انجمن الکی‌های گمنام ایران
سردبیر: عباس . الف
دفتر مرکزی انجمن الکی‌های گمنام ایران:
خراسان رضوی - مشهد - بلوار حجاب - نبش حجاب ۵۴
ساختمان پزشکان غرب - طبقه دوم - واحد ۱۲
تلفن: ۰۵۱ - ۳۶۲۱۰۰۶۲
همراه: ۰۹۱۵۷۶۸۵۳۸۳
نمابر: ۰۵۱ - ۳۶۲۱۰۰۷۳
پست الکترونیک: masir.houshyari@gmail.com
تارنمای انجمن الکی‌های گمنام ایران <http://airan.org>
مسئولیت انتخاب و ویرایش مطالب با هیئت تحریریه می‌باشد.

قیمت: ۷۰۰۰ تومان

سخنی با خوانندگان

مسیر هوشیاری نشریه‌ی داخلی انجمن الکی‌های گمنام ایران است که در میانه‌ی هر فصل منتشر و از طریق دفاتر فروش نشریات، در دسترس خوانندگان قرار خواهد گرفت.

همانطور که می‌دانید قسمت‌های زیادی از این مجله مربوط به مطالب و آثار اعضای انجمن است. لذا از شما خواننده‌ی محترم خواهشمندیم داستان‌ها، مشارکتها و تجربیات خود را بصورت مداوم ارسال و ما را در این راه معنوی همراهی کنید تا بتوانیم تجربیات تمام اعضای انجمن در ایران را به اشتراک بگذاریم. راههای ارتباطی با ما:

- ۱- آدرس پستی: خراسان رضوی - مشهد - قاسم‌آباد - بلوار حجاب - نبش حجاب ۵۴ - ساختمان پزشکان غرب - طبقه دوم - واحد ۱۲
- ۲- پست الکترونیک: masirhoushyari@gmail.com
- ۳- دورنگار: ۰۵۱ - ۳۶۲۱۰۰۷۳
- ۴- تلگرام فصلنامه: ۰۹۱۵۷۶۸۵۳۸۳

یادداشت سردبیر

هنوز هم که هنوز است از تولد بیزم...

و سپس خدمتگزاران منتخب نواحی هفده گانه. دوست عزیز من! انتقال آگاهی و تجربیات تو، می تواند زندگی دوستانمان را نجات دهد. فرقی نمی کند برای چه کسی می نویسی، شاید خواننده‌ی داستانتان و تجربه‌ی تو کسانی باشند که در عذابند و منتظر پیامی و سلامی هستند به احتمال زیاد، اعضای دیگری باشند که در فواصل دور در شهرها و روستاهایی که جلسات انجمن الکلی‌های گمنام بصورت محدود برگزار می شوند منتظر شنیدن تجربه‌ای تازه می باشند، پس خودت را دست کم نگیر و قلم به دست، یکی از اهالی تحریریه‌ی مسیر هوشیاری باش! اما خدمتگزاران مورد اعتماد انجمن که به نوعی همکار اداری ما نیز به شمار می روند می دانند، متأسفانه هنوز و پس از چاپ سه شماره از این مجله، تعداد زیادی از اعضای انجمن از وجود آن بی اطلاع هستند. به نظر شما چه کاری می شود انجام داد؟ ما پیشنهاد می کنیم در همه‌ی نواحی و جلسات انجمن کارگاه‌های آموزشی در مورد اهمیت نشریات و مخصوصاً در مورد این فصلنامه، برگزار شود. مسیر هوشیاری، اولین و تنها نشریه‌ی داخلی انجمن به شمار می رود که به نوعی شناسنامه‌ی انجمن الکلی‌های گمنام ایران نیز هست و خدمتگزاران شما در نواحی ایران، شایسته است در این زمینه تلاش نمایند. در نهایت باید گفت: مهمترین موضوع و هدف ادامه دار در زندگی ما هوشیاریست و برای رسیدن به آن در انجمن فقط یک راه وجود دارد و آن اینکه به دیگران کمک کنیم تا به این موهبت الهی دست یابند.

بهار، تابستان و پاییز سپری شد و اینک در آخرین فصل از سال جاری شماره‌ی پایانی مسیر هوشیاری را به کمک شما به رشته تحریر در آوردیم. امسال هم چون سالهای گذشته، همه‌ی اعضا و خدمتگزاران انجمن الکلی‌های گمنام، با تمام وجود و توکل بر خدا در راه رسیدن به هدف اصلی انجمن، تلاش کردند که ثمره‌ی آن تصمیمات مهمی بود. آرزو داریم رشد و شکوفایی هر چه بیشتری را در پی داشته باشد.

همانطور که می دانیم انتقال پیام، هدف اصلی انجمن است؛ اینکه ما باید هوشیار بمانیم و به دیگران هم کمک کنیم تا به هوشیاری برسند اما آیا این پایان کار است؟ به اعتقاد ما نه، آیا نمی توانیم این امر مهم را در وسعت بیشتری انجام دهیم؟ ما بر این باوریم با توجه به سرعت پیشرفت بیماری الکلیسم باید در این مورد نیز به فکر چاره باشیم، تا افراد بیشتری از دوستان همدردمان، که هنوز موفق به دریافت پیام رهایی نشده اند، با موهبتی که به ما ارزانی شده آشنا کنیم. یکی از راههای موجود، آگاهی، مشارکت و بیان تجربیاتمان با یکدیگر در قالب یک مجله با نوشتاری ساده و صمیمی است که پیش روی شماست. ما معتقدیم، از راه انتقال مکتوب و ماندگار تجربیات عملی هر عضو، در هر جایی که هستیم بهترین عمل را انجام داده ایم. می خواهیم دو طیف از دوستان را در این نوشته‌ی کوتاه خطاب قرار دهیم؛ ابتدا اعضای گروه‌های ایران

پول هم به دادم نرسید

*داستان یک بانوی الکی

به نام خداوندی که رحمتش بی اندازه و مهربانی اش همیشگی است. من در یک خانواده‌ی بسیار مرفه و سنتی بزرگ شدم. از همان کودکی جاه طلب و بسیار باهوش بودم. دیپلم که گرفتم بلافاصله ازدواج کردم. همسرم فرهنگی بود، زندگی ما رنگ و بوی خوشبختی می داد. تا قبل از اینکه من و برادرم ازدواج کنیم، اعتیاد هیچ جایگاهی در خانواده‌ی ما نداشت. پدرم به افرادی که سیگار و حتی قلیان می کشیدند به چشم بدی نگاه می کرد و ما هم مثل او فکر می کردیم. اما روزهای جدیدی در انتظار ما بود؛ خانواده‌ی شوهرم و خانم برادرم هر دو بزم‌های شبانه داشتند. بزم‌هایی که در آن مواد مخدر و الکل بصورت تفریحی مصرف می شد و کم کم خیلی اتفاقی پای پدرم نیز به این بزم‌ها باز شد و طولی نکشید او که خودش زمانی دشمن سرسخت دود و افراد معتاد بود، مصرف کننده‌ای تمام عیار شد و من نیز گاهی با آنها مصرف می کردم و از این جریان جدید زندگی، بسیار لذت می بردم. من بعد از ازدواجم معلم شدم و خداوند چند فرزند به من عطا کرد. سپس وارد دانشگاه شدم و موقعیت اجتماعی و فرهنگی بسیار خوبی برای خودم کسب کردم اما همیشه به بهانه‌ی اینکه سرم درد می کند یا قلبم تیر می کشد، پای بساط پدر و خانواده همسر حاضر بودم. صبح‌های زود که بچه‌هایم خوابیده بودند مواد مصرفی ام را می کشیدم و بعد به محل کارم می رفتم و بخاطر انرژی مضاعفی که مواد به من می داد حدود دوازده ساعت در روز کار می کردم! هیچ وقت فکر نمی کردم به این سادگی ممکن است روزی در دام اعتیاد گرفتار شوم. سوار قطاری شده بودم که ابتدا مرا به جنگل‌های زیبا، دریا و مناظر چشم‌نواز می برد و آخر سر در دره‌ی بدبختی و بیچاره‌گی سقوط می کرد... روزی به خود آمدم که سایه‌ی اعتیاد دامن گیر من و خانواده‌ام شده و کاملاً زندگی ما را تحت تاثیر خود قرار داد بود.. دیگر آن آدم سالهای قبل نبودم. اشتباهات پی در پی را، در هم گره می زدم و نمی دانستم چه کنم. به آنجا رسیدم که روزی پسر بزرگم رفیق مصرف می شد. با تمام وجود می گفتم: خدا یا چه کنم؟ مطمئن بودم از اول زندگی خدا وجود داشته چون با اشتباهاتی که

می کردم اگر کمک او نبود معلوم نبود چه بلاهایی سرم می آمد. سایه‌ی هولناک دیو اعتیاد زندگی را محاصره کرده بود. چند بار تصمیم به ترک گرفتم، به متخصصین مراجعه و شیوه‌های مختلف دارو درمانی را تجربه کردم، ولی فقط چند ماه توانستم طاقت بیاورم... و سوسه بیچاره‌ام کرده بود. همیشه سعی می کردم با کارهای بیشتر بیرون از منزل، نقش بهترین مادر را بازی کنم. البته تمام فرزندانم تحصیلات عالی‌ه دارند ولی وقتی بزرگ تر شدند از اعتیاد من بسیار ناراحت بودند. با وجود اینکه مشکل مالی نداشتم و هرگز در خانه‌ی ساقی نرفتم، مشکلات روحی و روانی زیادی پیدا کردم. تصمیم گرفتم پسرم را داماد کنم تا شاید اوضاع تغییر کند که بدتر شد. بالاخره روزی توسط یک دوست، پیام انجمن به پسرم رسید او ترک کرد و اخلاق و رفتاری بسیار قابل تحسین پیدا کرد. در تمام طول مصرفم، هیچگونه اطلاعی از انجمن نداشتم، بارها پیام را از طریق پسرم دریافت کردم ولی باورم نمی شد کسی که پانزده سال اعتیاد داشته باشد بتواند ترک کند. چون واقعا هر راهی که به ذهن یک آدم برسد را امتحان کرده بودم. بله من هم به آخر خط رسیده بودم. پسر بزرگم وقتی پاک شده بود رفت و آمدش به خانه‌ی ما کمتر شد، حتی نوه‌ام را به خانه‌ی من نمی آورد و اعتقاد داشت تا وقتی ترک نکنم به فرزندش آسیب می رسد. بالاخره در اوج ناباوری و ناامیدی عجیبی که تمام وجودم را فرا گرفته بود یک روز با صدای بلند، خدا را صدا زدم و او پاسخ داد. او ندا داد: «بنده‌ی من هر آنچه هستی باز آ». دو سال پیش خداوند مرا لایق دانست و کارت دعوتش را برایم فرستاد و مرا مورد عنایت خود قرار داد. من پیام انجمن را از طریق فرزندم دریافت و وارد انجمن شدم، تمام وجودم را به خدا سپردم. از او خواستم که وسوسه را از من بگیرد و این اتفاق افتاد. امروز که این نامه را برای شما می نویسم به لطف خدا دو سال از هوشیاری ام می گذرد. از خداوند سپاسگزارم که این مسیر معنوی را برایم مهیا کرد. همچنین از تمام اعضای انجمن تشکر و قدر دانی می کنم و از خداوند منان می خواهم که توفیق خدمت گمنام در این انجمن را به من نیز عطا کند. به امید روزی که هیچ خانواده‌ای درگیر این دیو هولناک نشود و مادری اعتیاد فرزندش را نبیند و هرگز فردی به خاطر اعتیاد به زندان نیفتد.

هیجان‌ات و ترس‌های دهه ۴۰



The Twelve Traditions, which came out of the problems that A.A. groups wrestled with in the first 10 years of Alcoholics Anonymous, were first published in the April 1946 issue of the Grapevine. The first page of that issue and the page on which the article about the Traditions was printed are shown here.

خوانندگان محترم فصلنامه‌ی مسیر هوشیاری سلام

در شماره‌های پیشین، مقالاتی در مورد گمنامی به نظر تان رسید که قول داده بودیم استمرار داشته باشد، از آنجا که ادامه‌ی مطلب گمنامی هنوز در حال تحریر می‌باشد و احتمالاً به شماره‌ی بعدی مجله برسد ضمن پوزش از شما، نظر تان را به مقاله‌ای جلب می‌کنیم که در بایگانی‌های دفتر خدمات جهانی پیدا کردیم و در واقع خلاصه‌ای از چگونگی مکاتبات گروه‌های اولیه AA با آقای بیل ویلسون بود که به تدریج به تدوین دوازده سنت الکی‌های گمنام منتهی شد. مرور این نامه‌ها و پاسخی که آقای بیل ویلسون می‌داد، حاوی درس‌های بزرگیست، که امیدواریم مورد پسند شما قرار گیرد.

نامه‌های سال ۱۹۴۰ گروه‌های AA که نقش کلیدی در پیدایش سنت‌ها بازی کرد

دوازده سنت که اولین بار در همایش بین‌المللی ۱۹۵۰ در کلیولند تصویب شد از کشمکش‌های اولیه گروه‌های AA رشد کرد. با اشاره به این مشکلات، بیل نوشت: "این تجربه‌ی در هم و بر هم، هیجان‌انگیز و ترسناکی بود که از آن، دوازده سنت AA ترسیم شد و برای اولین بار در سال ۱۹۴۶ به چاپ رسید." (کتاب الکی‌های گمنام بالغ می‌شود) اختلافات بر سر اینکه چه کسی می‌تواند عضو AA باشد، استقلال گروه، یگانگی هدف، تایید دیگران حرفه‌ای گری، بحث‌های عمومی و ناشناس بودن. این اختلافات اغلب خیلی شخصی می‌شد، جناح‌های متخاصم برای مشاوره به دفتر نیویورک نامه می‌نوشتند و تقاضای پشتیبانی می‌کردند. مخاطب بسیاری از این نامه‌ها، بیل، بعنوان قدرت نهایی بود. همچنین بعضی از آنها مواردی بود که خود بیل در آنها نقشی داشت و خودش نیز از آنها خبر داشت. در نسخه‌ی آوریل ۱۹۴۶ نشریه‌ی "گریپ واین"، بیل ابتدا دوازده سنت را منتشر کرد، او نوشت: "هیچکس الکی‌های گمنام را اختراع نکرده است. بلکه خودش رشد کرد. آزمایش و خطا، تجربه‌ای غنی ایجاد کرده است. کم‌کم ما درس‌هایی از این تجربیات گرفتیم، در ابتدا بعنوان سیاست و سپس بعنوان سنت."

بایگانی دفتر خدمات عمومی (G.S.O) نامه‌هایی از بیل را که در سال ۱۹۴۰ در پاسخ به اعضا در سراسر کشور نوشته شده بود را نگهداری می‌کند. بیل در کتاب "الکی‌های گمنام بالغ می‌شود"، نوشت: "به نظر می‌رسد که هر سستیزه‌گری در هر گروهی استدلالش را برای ما نوشت در این دوران گیج‌کننده و مهیج..."

نامه‌هایی که بیل در جواب اعضای AA می نوشت کوتاه و ساده نبود و پاسخ‌های مودبانه‌ای به آنها می داد که بعضی اوقات دو یا سه صفحه می شد. زیرا بیل مراقبت می کرد تا اعضای AA در مشکلات پیچیده تر نیز به تجربیات او (دفتر نیویورک) مراجعه کنند. بیل در نامه‌ای در فوریه ۱۹۵۰ به یکی از اعضای AA در میشیگان نوشت: "وقتی حروف نامه‌هایی که روی میز دفتر کارم قرار دارد، دردهای اولیه‌ی گروه‌ها را شرح می دهد، من شب‌ها بیدار می ماندم. بنظر می رسید نیروهای تجزیه کننده شروع به از همپاشی از درون گروه‌ها کرده اند... هنوز هیچ اتفاقی بجز جنبش مداوم در حال رشد و افراد داخل آن، رخ نداده بود... ما واقعاً بر بحث و جدل‌های داخلی غلبه کردیم. اینها قسمتی از فرآیند رشد است که توسط فرد و گروه‌های در حال بالغ شدن انجام می شود." با نظر انداختن به این اختلافات، همانطور که او در نامه‌ی آگوست ۱۹۵۰ با عنوان (گروه‌ها به شدت در حال افزایش است) نوشته است: "هر گروه AA شروع می شود از طریق سعی و تلاش یک مرد و دوستانش - بنیانگذار و سردسته‌ها - اما وقتی گروه به دوره بلوغ می رسد، رهبران اصلی همواره راهی برای برقراری دموکراسی می سازند، که از میان اجتماع پایین گروه پدید آمده است." در همان نامه، پاسخ یک اختلاف محلی را داد. بیل از کنار گذاشتن یک طرف دعوا یا صدور دستورالعمل خودداری می کرد، در عین حال به کسانی که به این موضوع علاقه دارند فقط پیشنهاد می کند که نشان دهنده‌ی این موضوع است که یکدیگر را باید درک کنند. او نوشت: "شاید شما فکر کنید این توصیه‌ای ناامید کننده است، این کاملاً طبیعی است. هنوز منشأ این مشکلات از سال‌های پر شور اولیه‌ی انجمن است اما تجربه در این طور موارد، بسیار حائز اهمیت است." در حقیقت بیل، هرگز بصورت دانسته، از کسی جانبداری نکرد، همانطور که می گفت، این کار فقط اوضاع را بدتر می کند، این سیاست اولیه‌ی او بود. در یکی از نامه‌هایی که در سال ۱۹۴۰ از طرف یک عضو گروه در "واشینگتون دی سی" به بیل نوشته شده بود، توصیف می کند که اختلاف نظر میان اعضا در مورد چگونگی سازمانده‌ی گروه‌شان، باعث شد تا این مسئله را با دفتر نیویورک در میان بگذارند، این عضو از بیل درخواست داشت تا قوانین را نادیده بگیرد، او نوشته بود: "بعضی از اعضا می گویند باید سازمانده‌ی شویم، رییس کل انتخاب کنیم، دفاتر کار داشته باشیم و... کمیته‌هایی ایجاد کنیم تا وظایف مشخصی را انجام دهند... بیشتر اعضای قدیمی و از جمله خودم موافق این ایده‌هایی که از سوی چند تازه وارد مطرح می شود، نیستیم... برای همین همه ما توافق کردیم، شما به واشینگتن بیاید تا اینکه ما به یک وفاق قاطع برسیم." بیل می نویسد: "سیاست ما در اینجا این نیست که در مسائل داخلی گروه‌ها دخالت کنیم مگر اینکه برخی پیشنهادها یا اقدامات در نظر گرفته شده تداخلی در کار دیگران در جاهای دیگر و گروه‌های دیگر ایجاد کند.

بیل سپس می گوید: "ناحیه‌ی نیویورک به رغم اینکه بیش از یکصد عضو دارد، تنها با یک کمیته‌ی هفت نفره برای تمام مشکلاتی که در این کار وجود دارد یا سیاست‌هایی که ممکن است بوجود آید، اداره می شود... لطفاً نظر منتقدانه‌ی من را بر من ببخشایید، من صرفاً تجربه‌ی خودم را بیان کردم." در پاسخ به نامه‌ی یک عضو در ماه مارچ ۱۹۴۱ که از اعضای "کلیولند" کینه داشت، نوشت: "من متأسفم - خیلی متأسفم برای آنچه که در کلیولند اتفاق افتاده است - وجود این همه احساسات سخت که در نامه‌ی شما بسیار قوی منعکس شده است، واقعیت ناخوشایندی است که باید با این موضوع کنار بیایید." اما بیل سپس این راهم روشن می کند که دفتر نیویورک نمی تواند طرف کسی را بگیرد. او می گوید: "معتمدان بنیاد الکلی‌ها، مدت‌های طولانی است که به این نتیجه رسیده‌اند که هرگز در امور داخلی گروه‌ها دخالت نکنند. من مطمئن هستم که حکمت این تصمیم را درک می کنید. اداره یا قضاوت در مورد اختلافات گروه‌ها از نیویورک یا هر مکانی که از آنها فاصله زیادی دارد، کار اصولی و دموکراتیکی نیست، این کار، اعضا را دوباره کنار بگریزاند...". "این پیشنهاد مشترک ماست که هیأت مدیره‌ای از معتمدان بر مبنای اساسنامه‌ای که تصویب شد، به موضوعات رسیدگی و با ساختاری که اقدامات گروه را هماهنگ می کند و موقعیت‌های قابل اعتمادی را برای اعضا به ارمغان می آورد تا بر اساس دوره‌های هشجاری‌شان عمل کنند." اگرچه AA در سال‌های شکل گیری اولیه‌اش بود، اما به اندازه‌ی کافی تجربه و راهکار حل این مشکلات وجود داشت تا بیل بتواند پیشنهاداتی را با اطمینان عرضه کند. او می گوید: "اجازه دهید این اطمینان را به شما بدهم که گروه "وُر کسدر" بخاطر مشکلات، امتیازات و شخصیت‌های مخالف، از هم پاشیده نمی شود. در حقیقت شانس اندکی هم برای منحل شدن گروه وجود ندارد... این گفته را قاطعانه عرض می کنم چون من از این نوع مشکلات در گروه‌های زیادی دیده‌ام که دردهای حاصله برای رشد کردن بسیار سودمند بوده‌اند. این شرایط همیشه خود را بنوعی درست می کند، در واقع آنها باید اتفاق بیافتند." بیل می گوید که اعضای گروه، یا این کارها را انجام می دهند یا گروه جدیدی تشکیل می دهند. او می گوید: "هر راهی را که انتخاب کنید در بلندمدت، اهمیت کمی خواهد داشت. در دو یا سه سال، اعضای گروه‌های گوناگون با یکدیگر متحد می شوند و بر اختلافات با صدای بلند می خندند...". با نظر به پیشنهادات خاصی که اعضای AA می دهند بیل می نویسد: "درباره‌ی بخشنامه‌ها و دستورالعمل‌ها، به صراحت بگویم بسیاری سعی کردند آن را آزمایش کنند اما راه به سویی نبرد. همه‌ی آنها به فنا رفتند زیرا کسی باید بتواند این قوانین و دستورالعمل‌ها را اجرا کند، الکلی‌ها زیر بار حکم نمی روند... صدور دستور از این دفتر نیویورک غیر ممکن است. ما اینجا در یافتیم که کوچکترین دخالت ما در موقعیت گروه‌های محلی، تنفر برانگیز است."

پاسخ بیل برای رسیدن به سنت نهم این بود: "در هر حال AA هرگز نباید سازماندهی شود، اما ما ممکن است هیات‌های خدماتی درست کنیم یا کمیته‌هایی که مستقیماً به کسانی که به آنها خدمت می‌کنند، پاسخگو باشند."



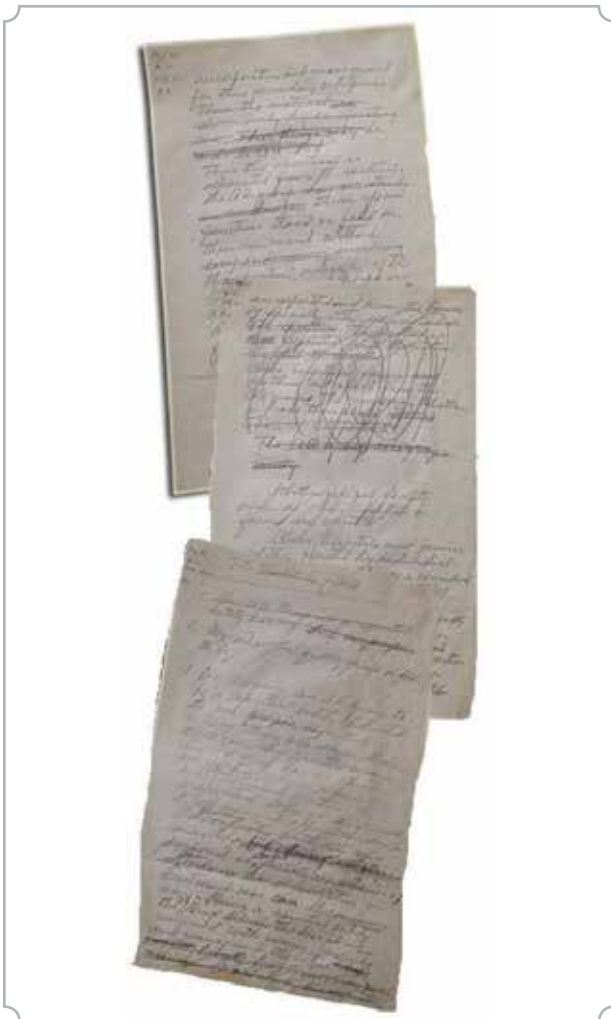
در آپریل ۱۹۴۲ یک عضو از "سنت لوئیس" می‌نویسد: "برای مدتی گروهی در سنت لوئیس بود که احساس می‌کردند با برگزاری جلسات باز هفتگی فقط برای الکلی‌ها بهتر می‌توانند به هدفشان که چشم‌انداز AA است، برسند، و حتی می‌توانند دعوت کردن از مهمانانی مثل پزشکان را در برنامه‌ی خود بگنجانند." بیل در نامه‌های خود حفظ ذهن باز را در پیشبرد امور، به تمام گروه‌های سراسر کشور توصیه می‌کند. این موضوع بارها در نامه‌های بیل آمده است و او هرگز چیزی را وتو (رد) نکرد. در پاسخ به نامه‌ی بالا، بیل می‌گوید: "من

تصور می‌کنم بسیاری از اعضای AA برخی استثناهای به ظاهر منحصر بفرد را در اساسنامه‌ها قایل می‌شوند، وقتی که اساساً ما یک طرف قضیه باشیم. اما در هر صورت من نمی‌توانم حتی یک دقیقه تلاش کنم تا تجربیات تازه را ندیده بگیرم. همه‌ی مادرهای بزرگی از آزمون و خطاها آموخته‌ایم و من امیدوارم که هرگز غیر این نباشد." در سال ۱۹۴۵، یک عضو از "آربور میشیگان" برای سه ماه در یک روزنامه‌ی محلی، ستونی در مورد الکلی‌های گمنام نوشت. در این ستون او از خوانندگانی که علاقه مند بودند که بیشتر در مورد AA بدانند، دعوت کرده بود تا با او تماس بگیرند. او در نوامبر همان سال گزارشی از مواجهه‌ی خود با اعضای AA که مخالف او بودند به بیل نوشت و توضیحاتی داد. او راجع به آن ستون گفت: "من احساس کردم این بهترین راهی است که پیام AA را به هزاران نفر در هفته برسانم." در ضمن، گروهی که او در آن عضو بود، از وی می‌خواست تا در ویرایش ستون او سهیم باشد و همچنین در پاسخ دادن به سوالات مشارکت کند. بیل پاسخ می‌دهد: "در حالی که من اولین کسی باید باشم که از حق قانونی شما برای چاپ هر چیزی، دفاع کند اما این سوال که شما چه کار مفید دیگری در این مورد انجام می‌دهید، چیز دیگری است. شرایطی که شما بیان کردید سوالی را مطرح می‌کند که یک عضو AA تا چه حد می‌تواند بدون رضایت عمومی گروه‌های AA، فعالیت روابط عمومی را انجام دهد. با اینکه تبلیغات شما ممکن است چشم‌انداز خوبی را به ارمغان بیاورد اما ممکن است باعث اختلافات داخلی نیز بشود، البته این نیز خوب است تا شما از این پس بیشتر از این کار منحرف نشوید..." "اگر من جای شما بودم بدون رضایت عمومی AA مقالاتی را که در منطقه تأثیر زیادی دارد چاپ نمی‌کردم. من نمی‌توانم احساس کنم که حق اخلاقی وارد شدن به یک برنامه روابط عمومی بدون رضایت گسترده، با ترس همراه نباشد، من مایلم این سنتی باشد برای دیگران که آنها نیز همین کار را انجام دهند..." "فرض کنید بعنوان مثال بعضی از گروه‌های آربور، ناگهان تصمیم بگیرند که کسی به رادیو برود و داستان خود را به تمام دنیا بگوید. فرض کنید او داستان خود را نتواند خوب بگوید - که با کارش، AA را ضعیف معرفی خواهد کرد. در مواردی مانند این، آیا من و شما، سعی نخواهیم کرد او را مهار کنیم؟" اغلب اعضای یک گروه، به دفتر نیویورک می‌نوشتند و درخواست داشتند تا نماینده‌ی AA در محل آنها شناخته شود. در تاریخ ۱۱ فوریه ۱۹۴۶ نامه‌ای فرستاده شد و شخصی خودش را با عنوان مشاور روابط عمومی در دیترویت معرفی کرد. در آن نامه، بنوعی محکم نوشته شده بود: "من می‌خواهم روشن کنم، هر فردی از اعضای دیترویت که با دفتر نیویورک تماس گرفت به هیچ عنوان رسمیت ندارد مگر اینکه توسط کمیته‌ی مرکزی و از طریق منشی عمومی، هلن ک تایید شده باشد."

" و همینطور برعکس، برای دریافت اطلاعات از دفتر نیویورک، مادر دیترویت هیچ فردی از اعضاء را بعنوان نماینده قبول نمی‌کنیم مگر اینکه طبق شرایط بالا مجاز باشد." بیل در پاسخ می‌گوید: "من با اندوه واقعی این نامه را تا آخر خواندم... بطور طبیعی احساس بدی دارم، برای تمام دوستان خوبم، در برابر آنچه بنظر می‌رسد، شکافی جدی که بین گروه‌های دیترویت پدید آمده است." بیل تکرار می‌کند آنچه را که به دیگران گفته است یعنی "مانمی‌توانیم - ما نباید - در امور محلی گروه یا اجتماعی از گروه‌ها دخالت کنیم." بیل پس از آن می‌گوید: "این تجربه ماست. در یک وضعیت محلی، ادعای یک گروه را از یک گروه دیگر نمی‌توان تشخیص داد و دفتر نیویورک هر دو طرف را بطور یکسان می‌شناسد و آنها را در فهرست خود می‌آورد و به هر دو پاسخ می‌دهد. ما باید به همان اندازه دوستانه باشیم و به همان اندازه همکاری کنیم که هر گروه AA در کشور می‌خواهد جداگانه در لیست قرار بگیرد. صرف نظر از ناراحتی‌های آن، تمام موقعیت ما بعنوان یک کمیته خدمات ملی سخت وابسته و پایبند به این اصل است." همانطور که بیل در نامه‌ای دیگر به یک عضو می‌گوید: "گروه‌ها می‌خواهند حق مدیریت امور خود را همانطور که دوست دارند داشته باشند - آنها عملاً با این کار حق اشتباهات خود را تضمین می‌کنند، البته در صورتیکه به AA در مجموع صدمه جدی نزنند." بیل از آنجایی که بسیاری از اشخاص درگیر را می‌شناخت، می‌توانست با آنها خیلی صریح باشد، در یک نامه گفته بود: "حالا بیا چاک، بیاسعی کنیم این مزخرفات را به دور بریزیم، بعد از همه‌ی اینها، این الکلی‌های گمنام است." در پاسخی که در ماه می ۱۹۴۹ به نامه‌ی یک عضو AA از دیترویت داده بود، بیل می‌گوید: "الکلی‌های گمنام در روند تکاملی روابط خود با دنیای بیرون است. وقتی شما ارتش وسیعی از آدم‌های خیره سر را در نظر بگیرید، که واقعاً هم هستیم، من فکر می‌کنم ما این کار را (گسترش روابط با دنیای بیرون) به طرز شگفت‌آوری خوب انجام دادیم. یک بخش بزرگ آن به این دلیل است که رفاقت و صمیمیت سالمی بین اعضاء و گروه‌ها وجود داشت که از اشتباهات خود درس گرفتند و آموختند راه حل مشکلاتشان تدوین دوازده سنت است." آری، پاسخ تمام مشکلات گروهی ما، در مراجعه به دوازده سنت است.

برگرفته از بخش تاریخی سایت AA

نوامبر ۲۰۱۰، شماره‌ی F-۱۵۱



* دست‌نوشته‌های بیل ویلسون در مورد سنت‌ها

در این خانه چه می گذرد؟







انجمن الکی های گننام ایران

جلسات تازه راه اندازی شده در ایران

آمار کلی جلسات انجمن الکی های گننام ایران تا تاریخ ۹۸/۱۰/۷

تعداد تقریبی خدمتگزاران	کل گروههای بانوان	کل گروههای آقایان	کل گروههای فعال
۷۳۹۵	۲۰	۴۵۹	۴۷۹
تعداد تقریبی بانوان خدمتگزار	تعداد استانهای فعال	تعداد شهرستانهای فعال	تعداد جلسات در هفته
۲۶۲	۲۷	۱۳۸	۲۴۰۸
		تعداد نواحی خدماتی	تعداد جلسات بانوان در هفته
		۱۷	۵۲

رویدادها و اخبار انجمن

ردیف	نوع خبر یا رویداد	تاریخ برگزاری	شهر	ناحیه مربوطه
۱	برگزاری شورای منطقه الکی های گننام ایران	۹۸/۶/۲۸ - ۹۸/۶/۲۹	مشهد	۱۶
۲	چاپ تعداد ۱۷ عنوان پمفلت و جزوه	۹۸/۶/۲۴	ترجمه	۱۶
۳	جلسه باز سالن بهزیستی	۹۸/۷/۱۰	رشت	۸
۴	برگزاری جلسه جذب تازه وارد	۹۸/۷/۱۳	زاهدان	۱۱
۵	جلسه باز	۹۸/۶	اسفراین	۱۳
۶	جلسه باز	۹۸/۸/۱۷	قوچان	۵
۷	حضور در نمایشگاه مواد مخدر در پارک ملت	۹۸/۸/۲۰	چناران	۵
۸	جلسه باز به استان خراسان شمالی و سخنرانی ۵ استان کل	۹۸/۸/۲۳	بجنورد	۱۳
۹	تشکیل ناحیه خدماتی ۱۷ (مخصوص بانوان)	۹۸/۸/۲۹	مشهد	۱۷
۱۰	تشکیل هیات موسس جهت ثبت رسمی انجمن الکی های گننام	۹۸/۸/۲۹	مشهد	منطقه
۱۱	تشکیل هیات مدیره جهت ثبت رسمی انجمن الکی های گننام	۹۸/۸/۲۹	مشهد	منطقه
۱۲	تشکیل کمیته بایگانی اسناد و ثبت وقایع و رویدادها	۹۸/۸/۲۹	مشهد	منطقه
۱۳	نصب بنر در مطب دکتر مرادیان	۹۸/۷/۳۰	شیروان	۱۳
۱۴	فعال سازی و طراحی جدید سایت و اپلیکیشن انجمن الکی های گننام	۹۸/۹/۲۹	ایران	
۱۵	نصب لمینت در کلینیک دکتر فرج زاده	۹۸/۷/۳۰	شیروان	۱۳
۱۶	چاپ داستان در روزنامه خراسان		مشهد	منطقه
۱۷	برگزاری جلسه اضطراری شورای منطقه الکی های گننام ایران	۹۸/۹/۲۹	مشهد	منطقه
۱۸	برگزاری جلسه باز در هتل ناهن	۹۸/۱۰/۱۳	مشهد	۱
۱۹	برگزاری جلسه باز در تالار قصر شیرین	۹۸/۱۰/۱۳	مشهد	۲
۲۰	برگزاری جلسه باز در فرهنگسرای امام رضا	۹۸/۱۰/۱۰	سرخس	۳

ردیف	ناحیه خدمتی	نام گروه	شهر محل جلسه	آدرس دقیق	روزهای برگزاری	ساعات برگزاری
از	تا					
۱	۵	ظفر امید	گلبهار	بلوار عدالت - عدالت ۱۲ - معلم ۹	هر روز	۱۴ ۱۵:۳۰
۲	۱	صبح اندیشه	مشهد	بلوار میناق - بلوار اندیشه ۳۶ - سه راه سمت چپ - مسجد بیت المهدی	هر روز	۸ ۶:۳۵
۳	۱۰	عصر علامه	گناباد	مرقد علامه بهلول - اتان شماره ۶	هر روز بجز جمعه	۱۶ ۱۷:۳۰
۴	۴	شب ذمه	نیشابور	کیلومتر ۵۰ جاده خیام به تربت - روستای ذمه - مسجد جواد الائمه	دوشنبه - چهارشنبه - جمعه	۱۸ ۱۹:۱۵
۵	۴	صبح آرامش	نیشابور	پنجراه - خیابان استقلال ۸ مسجد انصار الرضا	هر روز بجز جمعه	۶:۳۰ ۷:۳۰
۶	۲	ظفر بهار	مشهد	خواجه ربیع - بلوار شهید ماسری - بوستان بهار - پارکینگ شماره ۲ - نمازخانه	هر روز	۱۴ ۱۵:۳۰

گزارش اخبار و رویدادهای اخیر انجمن:

راه اندازی ۶ جلسه جدید در شهرهای مشهد، نیشابور، گناباد، گلبهار

مهر آزادی کف دست!

اسم من حسین است و داستانی که می‌خوانید، تجربه‌ی دردناک با پایانی شیرین از واقعیات گذشته و حال یک فرد الکلی است.

من در سال ۱۳۷۳ در یکی از روستاهای کوچک اطراف مشهد به دنیا آمدم. از وقتی یادم می‌آید همیشه‌ی خدا، اثاثیه منزلمان بار ماشین بود. از مادرم شنیده بودم قبلاً وضع مالی پدرم خوب بوده و به خاطر شرایط خاصی ورشکست شده است. پدرم تصمیم گرفت به مشهد نقل مکان کنیم و خودش چند ماه زودتر، در مشهد کار می‌کرد تا پول پیش خانه را جور کند. قرار بود زندگی را از صفر شروع کنیم و در یکی از محلات پایین شهر مشهد خانه گرفتیم. از اینکه به مشهد کوچ کرده بودیم اصلاً رضایت نداشتیم و افسرده شده بودم. یک بچه منزوی خجالتی و ترسو بودم. هیچ وقت نمی‌توانستم راحت با اطرافیانم ارتباط برقرار کنم. پدرم مصرف کننده بود و من با بی‌تفاوتی او، بزرگ شدم. کمبودهایی در زندگی داشتیم و همیشه به دنبال این بودم که دیده شوم، به من اهمیت بدهند و حتی در مورد من صحبت کنند. بیشتر اوقات، روی پرده‌ای می‌کردم و با خودم خوش بودم. یادم می‌آید آن موقع چند نفر از اقوام بودند که همیشه از دعوایشان صحبت می‌کردند. روی دستهایشان خال کوبی بود. همیشه از کارهای خلاف و زندان رفتنشان حرف می‌زدند. من هم گاهی خودم را جای آنها می‌گذاشتم. کم‌کم داشتیم به این نوع شخصیت‌ها علاقه نشان می‌دادم. نمی‌دانم چرا؟؟؟ وقت مدرسه رفتنم شد. با اینکه اصلاً شر و شور نبودم اما همیشه با بچه‌های تنبل کلاس دوست بودم و بی‌انضباط‌ها را بیشتر از دیگران دوست داشتم. من بزرگ و بزرگتر می‌شدم تا اینکه نمی‌دانم چند سالم بود در یک مجلس عروسی در همان روستای پدری‌ام، برادر بزرگترم بهم مشروب داد. تا آن موقع لب به مواد و الکل نزده بودم ولی بعضی اوقات با بچه‌های روستا، تاک انگور را با آتش روشن می‌کردم و مثل سیگار کام می‌گرفتم و کلی سرفه می‌کردم... آن شب دست برادرم را رد نکردم. اولین بار مصرف الکل و تاثیر ناشناخته‌ای که هنوز هم یادم هست. دفعات بعدی تاثیرش کمتر شده بود اما چون فکر می‌کردم که این کار باعث تایید شدنم می‌شود و با این کار بزرگ می‌شوم، دوباره و دوباره به نوشیدنش ادامه دادم. در شهرستان و با یک درگیری بچه‌گانه چاقو خوردم و راهی بیمارستان شدم. بعد از دعوا، روی صندلی عقب ماشین، سرم روی پای مادرم و چاقو هنوز داخل پهلویم بود. دست مادرم روی سرم بود و گریه می‌کرد و زیر لب خدا را یاد می‌کرد، پدرم جلو نشسته بود و با عمویم به من امید می‌دادند.

مرتکب شدم و بارها من را تحویل کانون اصلاح و تربیت دادند. یک روز، از طرف یکی از انجمن‌های دوازده‌گانه برای پیام‌رسانی به کانون آمده بودند، بخاطر اتلاف وقت و کنجکاوی در جلسه‌شان نشستیم. اعضای گروه‌شان، خوش برخورد بودند و پیام نجات و آزادی را به من دادند که البته من آن پیام خداوندی را جدی نگرفتم... بعد از آزادی از زندان به سرپازی رفتم، آنجا هم محیط بدی برای خودم درست کردم. زندگی من از صبح تا نیمه‌های شب به مصرف ولذت جویی می‌گذشت، چند بار با حال روانی بدی که پیدا کرده بودم مجالس عروسی اقوام و آشناهایم را به هم ریخته بودم که هنوز هم از به یاد آوردن خاطرات آن شبهای تیره و تاریک به خودم می‌لرزم... هر روز صبح، پدر و مادرم با گریه و زاری کنارم می‌نشستند و سعی می‌کردند به من کمک کنند، اما بیماری الکلیسم، کاملاً بر من غلبه کرده بود و من به راستی، برده‌ی الکل‌شاه شده بودم من دوست داشتم درست زندگی کنم اما راهش را بلد نبودم... یک روز من و شش نفر از دوستانم را دستگیر کردند، من به زندان افتادم و آنها چون همدست من بودند و جرمشان ناچیز بود، بخشیده شدند. خانواده‌ی آن شش نفر، جلوی دادگاه هر چه تف و لعنت و فحش بود، جلوی پدرم نثار کردند و به وضوح دیدم کمر پدرم خمیده تر از قبل شده بود. ما وضع مالی خوبی نداشتیم و پدرم برای اینکه به دادگاه بیاید کرایه تاکسی رو هم قرض کرده بود و به من گفت: «برای تو که مهم نیست پسر من این وسط

بعد از مرخص شدن از بیمارستان ما را به دادگاه بردند و حکم من زندان بود. شرایط کاملاً سخت بود. پانزده یا شانزده ساله بودم. در زندان بخشی به نام اندرزگاه بود که چند تخت داشت و با افراد همسن و سال خود، مدتی میهمان آنجا شدیم. در این دوران همیشه از خدا درخواست می‌کردم یک فرصت دوباره بدهد. اما وقتی از این مخمصه جان راحت بدر بردم، خدا را هم فراموش کردم خیلی خوشحال بودم. اصلاً دوست نداشتم مهر آزادی که روی دستم خورده بود، پاک شود. چون می‌خواستم به همه نشان بدهم که من با این سن و سال، زندان بوده‌ام و با این کار احساس بزرگی می‌کردم. از آن به بعد زندگی من تغییر اساسی کرد. ترک تحصیل کردم و محیط کار را به جای میز و نیمکت مدرسه انتخاب کردم. پول زیادی از راه کار، وارد زندگی‌ام شده بود و من به دنبال این بودم که حسرت‌های دوران بچه‌گی‌ام را جبران کنم. چیزهایی که در دوران بچه‌گی نداشتم را می‌خواستم و فقط بدنبال لذت جویی بودم. پدر و مادرم می‌خواستند راه استفاده‌ی درست از پول و ثروت تازه به دست آمده‌ام را نشانم دهند اما من گوشم بدهکار نبود و این روش زندگی را خیلی دوست داشتم چون با پول هر چیزی را که می‌خواستم تهیه می‌کردم و برایم خوب یا بد بودنشان اهمیت نداشت. اطرافیانم کاملاً عوض شده بودند. دوستانم، لباس‌هایم و حتی جاهایی که رفتم و آمد داشتم! در آن سال‌ها، تحت تاثیر الکل، خلاف‌های کوچک و بزرگ زیادی



جیگرم داره پاره پاره میشه که نمیتونم کاری کنم.» دیگر کسی نبود که برایم بسند بگذارد. بعد از چند روز در زندان از رعشه‌های خماری و درد پای‌تاب شده بودم. تک و تنها در گوشه‌ای نشسته بودم و فکر می‌کردم به خودم ناسزا می‌گفتم. چرا من اینجا گیر کردم؟ چرا برای بار سوم به زندان افتادم؟ من که قصد داشتم بعد از خدمت درست زندگی کنم... من اینجا چه می‌کنم؟ گریه می‌کردم و خیلی حال بد بود. این بار سومی است که به واسطه‌ی نوشیدن الکل، شلاق می‌خوردم. دیگران می‌گفتند این بار اعدامت می‌کنند. می‌ترسیدم و فقط به خدا می‌گفتم یک فرصت دیگه از تو می‌خوام. وقتی نوبت دادگاهم شد خداوند جواب دعاهایم را داد و تنهایم نگذاشت. قاضی گفت: «این بار هم بخاطر مادرت برو ولی دفعه‌ی بعد اگه برای مصرف الکل اینجا بیایی، حکم اعدامت رو امضا کرده‌ای.» دوباره آزاد شدم، وقتی به پشت سرم نگاه می‌کردم هیچ کس و کار و دوستی برایم نمانده بود... همه‌ی پلها را خراب کرده بودم و خیلی چیزها را از دست داده بودم. دیگر این شرایط را پذیرفته بودم و باوری به برگشت نداشتیم و به خودم می‌گفتم دور باطل زندان رفتن و مصرف کردن را انتخاب کنم تا بلکه در این راه، زودتر بمیرم و خلاص شوم. همیشه تنها بودم و در تنهایی‌هایم گاهی از خدا طلب کمک می‌کردم. تا اینکه روزی یکی از رفقای مصرف سالهای دورم که عضو "انجمن الکلی‌های گمنام" شده بود، عامل لطف و مرحمت الهی شد و مرا با انجمن، آشنا کرد. نیروی برتر من خیلی خیلی بزرگتر از مشکلاتی بود که تا اینجا خواندید. او برای من مهره‌هایش را چیده و زندگی زیبایی برایم رقم زده بود... من دوستم را به مصرف دعوت کردم. با من آمد اما مصرف نکرد. گفتم چرا؟؟ گفت: «من پاکم و راهی را پیدا کرده‌ام که هم حال خوب است و هم نیازی به مصرف ندارم.» به نظر می‌آمد که راست می‌گوید و راهی را که پیدا کرده بود به من هم پیشنهاد داد. ناامید و مایوس بودم اما به جلسات انجمن الکلی‌های گمنام رفتم تا به همه ثابت کنم که این راه هم جواب نمی‌دهد. وقتی اعلام تازه واردی کردم و گفتم «به نام خدا حسین هستم یک الکلی» بزرگترین واقعیت زندگی‌ام را با صدای بلند داد زدم. آنجا پذیرفتم که خداوند و اعضای انجمن می‌توانند به من کمک کنند... اعضای انجمن به من عشق دادند، به من اهمیت دادند و به من احترام گذاشتند. چیزی که در زندگی من اصلارنگ و رویی نداشت. وقتی وارد جلسه می‌شدم و می‌دیدم حتی افراد مسن تر جلسه، جلوی من بلند می‌شوند، به عظمت درک متقابل دوستان همدردم پی بردم و متوجه شدم، اینجا همان جایی است که من باید عضوش باشم.

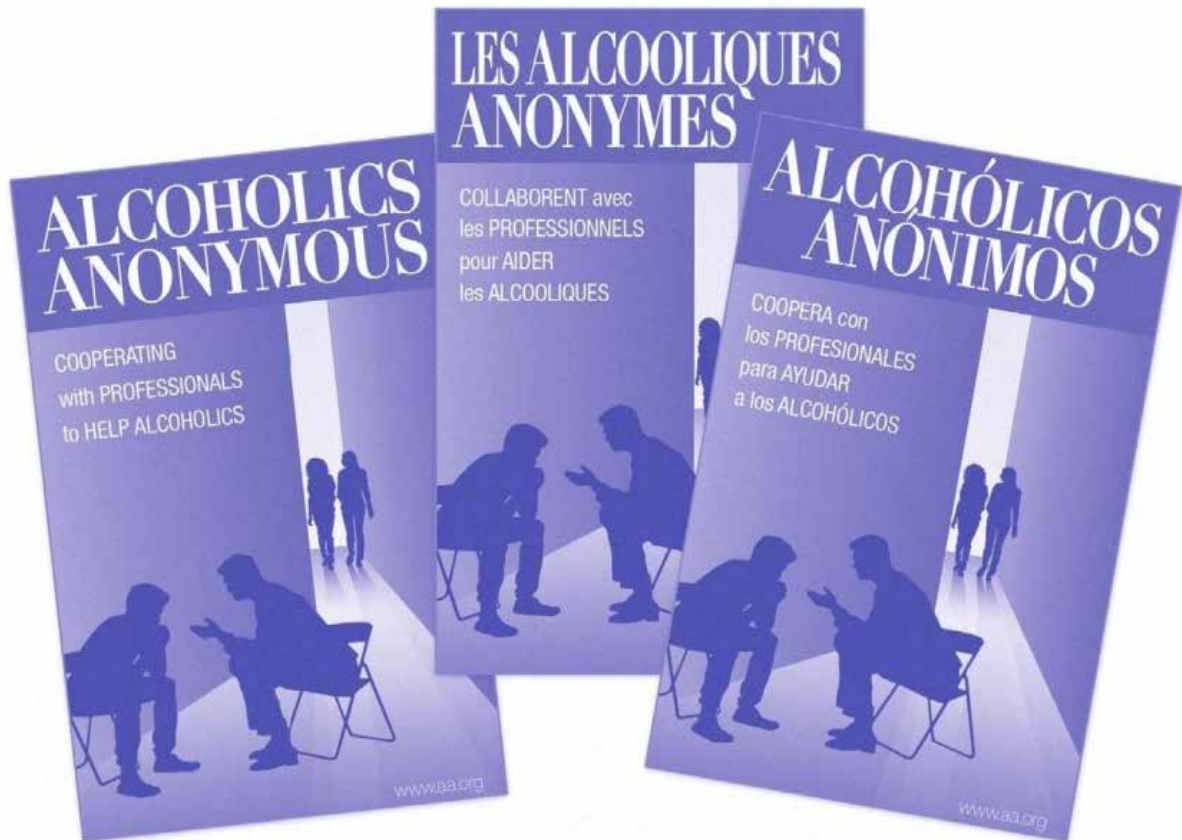
کمی بعد، از میان بچه‌های همان جلسه، یک نفر را به عنوان راهنما انتخاب کردم و کمی بعد خوشبختانه سیگار و قلیان را هم ترک کردم. بخاطر جرم‌های سابقم دادگاه، من را به سه سال حبس، شصت ضربه شلاق و پرداخت مقدار زیادی پول نقد برای دیه محکوم کرده بود اما به لطف خدا حبسم تعلیق و شلاقم بخشیده و دیه‌ام اقساطی شده است. هم خوشحال بودم هم متعجب با خودم گفتم: «هر چه هست از برکات انجمن الکلی‌های گمنام است.» من امروز ۲ سال و ۲ ماه و ۲۹ روز است که مصرف نمی‌کنم و امیدوارم تا آخر عمرم پاک بمانم. امروز از زندان مصرف آزاد شده‌ام و برای اینکه مُهر آزادی واقعی‌ام پاک نشود، هر روز به جلسه میروم و در جمع صمیمی شما حضور پیدا می‌کنم.



افسانه‌ها و تصورات غلط در مورد AA (بهار ۲۰۱۷)

با سلام به خوانندگان محترم فصلنامه مسیر هوشیاری

در این شماره، مقاله‌ای را به استحضار شما می‌رسانیم که شاید کمی تخصصی و مورد استفاده کمیته‌ها یا اعضای باشد که وظیفه‌ی معرفی AA را بر عهده دارند، اما از آنجا که شاید هر کدام از اعضای AA در واقع نماینده‌ی عملکرد و اثرات انجمن در بین مردم و خانواده‌ها هستند، درک اینکه دیگران در مورد ما چه فکری می‌کنند و چه تصوراتی از AA دارند این مسئولیت را سنگین‌تر می‌کند که AA را به درستی معرفی کرده و از ایجاد افسانه‌ها و تصورات غلط در بین عموم و متخصصین جلوگیری کنیم، شاید این کار، به نجات جان الکلی‌های بیشتری منجر شود.



مشاوره‌ی (روانشناسی یا معنوی) مرتبط با الکلیسم دریافت کرده‌اند. نکته‌ی مهم این است که هفتاد و پنج درصد اعضای که مشاوره‌های درمانی دریافت کرده‌اند می‌گویند که این مشاوره‌ها نقش کلیدی در هدایت آن‌ها به AA داشته است. با داشتن این آمار، به احتمال زیاد هیچ گروهی از غیر الکلی‌ها بیشتر از متخصصین بهداشت و درمان

ارتباط الکلی‌های گمنام با جامعه متخصصین، یکی از ارتباطات بسیار مهم و دیرینه است. ارزیابی سال ۲۰۱۴ دفتر خدمات عمومی در مورد نحوه‌ی عضویت افراد در AA نشان می‌دهد که سی و دو درصد اعضاء به وسیله‌ی یک مرکز درمانی و دوازده درصد توسط یک سیستم قضایی به برنامه وارد شده‌اند و پنجاه و نه درصد اعضا قبل از ورود به AA نوعی



گمنامی مهم است و این مورد فقط برای تازه واردانی که ممکن است درباره‌ی اینکه مردم مشکل آن‌ها را بفهمند، بیمناک هستند یا متخصصینی که نگران شغل خود هستند اهمیت ندارد بلکه برای همه‌ی اعضای دیگر نیز مهم و حیاتی است. این مورد همچنین بخش مهمی از برنامه‌ی بهبودی است که باعث فروکش کردن نفس سرکش می‌شود و باعث ایجاد امنیت برای کل انجمن از شخصیت محوری اعضا AA می‌شود. بر اساس گفته‌های کنت، حوزه‌ی دیگر سوءبرداشت در مورد AA می‌تواند تک محوری بودن اهداف AA باشد. او می‌گوید: این مهم است که افرادی که به AA ارجاع داده می‌شوند مشکل مصرف الکل دارند (همان چیزی که انجمن برای آن ساخته شده است) اما گاهی ممکن است این برداشت غلط در بین عموم و متخصصین وجود داشته باشد که از الکی‌هایی که ممکن است همزمان با مصرف الکل یا در اثر مصرف الکل، سوءمصرف مواد داشته باشند استقبال نمی‌شود. در حالی که سنت سوم به تمایل به ترک الکل اشاره دارد اما از چنین افرادی نیز در AA استقبال می‌شود. کنت می‌گوید: AA در مان تمام مشکلات نیست اما با وجود این که بر روی الکیسم تمرکز می‌کند، الکی‌هایی که به سایر موارد اعتیاد نیز دچار هستند را کنار نمی‌گذارد. لسلی بکووت (Leslie Backus) معتمد غیرالکی هیأت مدیره‌ی خدمات عمومی AA و مدیر مرکز درمان CEO در ساوانای جورجیاست. او می‌گوید از آن جا که کار ما درمان سوء مصرف الکل و مواد مخدر است، فهم درستی از این که AA چیست وجود دارد. ما به نقطه‌ای از مذاکره با پزشکان بالینی رسیده‌ایم که به درجات علمی بالاتر نظیر کارشناسی و دکتری نایل شده‌اند اما هنوز گاهی اوقات فکر می‌کنند درمان پزشکی کافی است؛ اینکه الکی‌ها درمان می‌شوند و به زندگی خود ادامه می‌دهند. برای مقابله با این مورد، به مراکز آموزش پزشکی رفتیم و در مورد این طرز تلقی اشتباه، با آنها صحبت کردیم که چگونه می‌توانیم به مراجعان الکی خود کمک کنیم تا مفهوم «فقط برای امروز» را بفهمند. به این مورد اشاره کردم که متخصصان پزشکی ممکن است در بیشترین حالت حداکثر ۲۶ هفته با مراجعان خود باشند؛ در حالی که AA در بقیه‌ی طول عمرشان با الکی‌هاست. هنگامی که موضوع به برخورد با مراجعان می‌رسد؛ ما از سو برداشت‌ها به عنوان فرصت آموزشی استفاده می‌کنیم. مراجعان

پزشکی اعتیاد و مردان قانون با AA در ارتباط نمی‌باشند که زندگی کاری این افراد به طور روزمره با الکی‌های گمنام گره خورده است. AA همواره به طور دورهای از اعضای جامعه‌ی متخصصین (متخصصان پزشکی، مذهبی و قضایی) می‌پرسد که چه تصورات غلطی ممکن است این متخصصان در ارجاع الکی‌ها به AA داشته باشند؟ و متخصصان چه کمکی می‌توانند به الکی‌هایی که مواعی را هنگام پیشنهاد مراجعه به AA در مقابل خود می‌بینند، ارائه دهند؟ یک تصور غلط دیرینه درباره‌ی AA این است که در AA فردی به عنوان «متخصص AA» وجود دارد که یکی از اعضای AA بوده که در قبال دریافت هزینه، به الکی‌ها کمک می‌کند تا ترک کنند. این تصور کاملاً اشتباه است و به الکی‌هایی که عضو AA هستند و برای رساندن پیام امید و بهبودی به الکی‌های دیگر تلاش می‌کنند، پولی پرداخت نمی‌شود. کنت. سی (Kenneth C.)، عضو سابق معتمدین دفتر خدمات عمومی، یک مشاور رسمی سوم مصرف مواد و همچنین یک الکی هوشیار می‌باشد که به عنوان یک عضو AA مشغول خدمت در بخشی از ساختار خدمات داوطلبانه و به عنوان هماهنگ کننده‌ی کمیته‌ی همکاری با متخصصین (C.P.C) می‌باشد که یک مقام خدماتی است و هدفش کمک به ارتقا سطح ارتباطات و تفاهم بین AA و متخصصینی است که با الکی‌ها کار می‌کنند. او به دلیل جایگاهش، با برخی تصورات غلط درباره‌ی AA روبرو شده است. او می‌گوید: «درمان دارویی مسئله‌ی بزرگی در جامعه درمان الکیسم است و تصور غلطی وجود دارد که AA مخالف درمان دارویی است». این اصلاً درست نیست. AA هیچ ایده‌ای در گزینش درمان مناسب برای شخص ندارد. در حالی که بعضی افراد ممکن است سایر اعتیادهای موجود را به جای الکل، جایگزین کنند (قرص یا مواد مخدر)؛ بسیاری از اعضای AA در حقیقت به درمان نیاز دارند و الکی‌های گمنام، مشورت پزشکی ارابه نمی‌دهد. این مورد در بمفلت «اعضای AA در مان و داروهای دیگر» آمده است که تجربیات ما را در هر دو موقعیت به اشتراک می‌گذارد؛ یعنی امکان سوم مصرف سایر مواد توسط الکی‌ها و این واقعیت که بعضی اعضای AA نیاز به نسخه‌ی تجویز شده دارند. او همچنین بیان می‌دارد که مسئولیت اعضای ما صادق بودن با پزشکان در مورد الکیسم‌شان است و این که AA چه تاثیری در آن‌ها داشته است و این که تمام توصیه‌های پزشکی باید از یک متخصص بهداشت درمان واجد شرایط دریافت شود. موضوع دیگری که به طور شایع مورد سوءبرداشت، هم از طرف متخصصان و هم الکی‌های هوشیار قرار می‌گیرد اصل گمنامی AA است. او می‌گوید: «من در یکی از کنفرانس‌های AA به عنوان عضو انجمن، صحبت می‌کردم که فردی شروع به عکس گرفتن از من برای نشر در وب سایتش کرد و من مجبور شدم وی را متوقف کنم و سنت ناشناس ماندن خود را در سطح عمومی توضیح بدهم. سنت یازدهم AA از اعضای AA می‌خواهد تا گمنامی شخصی خود را در سطح خبرگزاری‌ها رادیو و فیلم حفظ کنند در نتیجه من نمی‌خواهم تصویرم در این گونه موارد باشد.

ما اغلب برای مشارکت کردن، اوقات سختی دارند و ما به آن ها توضیح می دهیم که چگونه مشارکت کردن در جلسات AA، به آن ها به عنوان فردی و جزیی از گروه AA کمک می کند. سوء برداشت دیگر در مورد مفهوم پشتیبان (راهنما) در AA است. ما می گوئیم: پشتیبان (راهنمای) شما، در مانگر شما نیست. او فردی نیست که در تمام موارد به رایگان در اختیار شما باشد. او فقط شمارا در مورد برنامه AA راهنمایی می کند.

«گاهی اوقات یکی از نقاط مهم در برخورد با الکی ها مساله ی مذهب است. آن ها فکر می کنند AA بسیار خدا محور است. ما به آنها می گوئیم که AA یک برنامه ی مذهبی نیست بلکه یک برنامه ی معنوی است و این کاملاً یک مساله شخصی است. راه حل معنوی یا آن قدرت ماورایی که می تواند هر چیزی باشد، برای شما در حل مشکل تان کارآمد است. ما همچنین می توانیم افراد را به جلساتی راهنمایی کنیم که از افراد آتئیست/آگنوستیک استقبال می کنند.» کریستین کارپنتر (Christine Carpenter) معتمد غیر الکی و قاضی حوزه ی قضایی کلمبیا در میسوری است. او همچنین عضو انجمن ملی حرفه ای دادگاه مواد مخدر می باشد. با این که بیشتر موارد قانونی، تخفیف قانونی می گیرند و ملزم به مراجعه به AA هستند اما و کلا هنوز به مراجعان خود می گویند که با اتهامات رانندگی در حالت مستی مواجه هستند. کارپنتر می گوید: «بعضی و کلا فکر می کنند که AA یک راه حل کوتاه مدت است و یک گروه حمایتی نیست. من اطمینان می دهم که متهمان، متوجه این موضوع بشوند که اگر راغب به حضور در جلسات AA باشند راه درست برای آنها همین است و باید در این جلسات حضور داشته باشند. اما آنها آزادند که انتخاب کنند. کارپنتر همچنین در ادامه می گوید: «یکی از دلایلی که علاقمند شدم تا یک معتمد غیر الکی AA باشم این است که من می توانم به پر کردن فاصله ی بین انجمن AA و دادگاه کمک کنم تا به الکی ها به نحوی کمک کنیم که مجازات ها درمانی باشد و به هیچ وجه بر پایه تنبیه نباشد.» او می گوید: «هنگامی که یک وکیل توصیه به حضور در جلسات باز AA می کند؛ مهم است که او پی ببرد که AA سوابق حضور و غیاب را حفظ نمی کند، در مورد پیشرفت، پیگیری یا کنترل اعضایش گزارش نمی دهد یا مسکن، غذا، لباس، شغل، پول یا هر گونه رفاه و خدمات اجتماعی را تامین نمی کند. همان طور که در معرفی AA خواندید توضیحاتی در مورد این که انجمن چه هست و چه نیست به عموم مردم داده می شود؛ الکی های گمنام یک سازمان غیر انتفاعی و

خود حمایتی با کمک های داوطلبانه ی مستقل است که وابسته به هیچ موسسه، مذهب، سیاست، سازمان یا اداره ای نیست.» دکتر جان فرامسون (John Fromson) یکی از معتمدان غیر الکی سابق می باشد که دانشیار روانپزشکی در دانشکده ی پزشکی هاروارد و رئیس بخش روانپزشکی در بریگهام و بیمارستان فاکنر در بوستون است. او می گوید که می داند بیشتر پزشکان قربانی افسانه ای خاص درباره ی الکی های گمنام نیستند اما آموزشی که دیده اند آن ها را به سمت درمان مبتنی بر شواهد مطلوب و حقایق علمی پیش می برد و یکی از چیزهایی که تامل برانگیز است، است این است که تحقیقات زیادی درباره ی کارایی AA وجود ندارد. اگر شما به من بگوئید که ایجاد بیداری معنوی یا تغییر، کلید بهبودی در AA هستند خیلی خوب خواهد بود که یک نوعی از ابزار وجود داشته باشد تا میزان آن را در افرادی که برایشان اتفاق می افتد اندازه گیری کنیم اما چنین ابزاری نداریم. با این حال، از نقطه نظر حرفه ای، هیچ معنی برای AA وجود ندارد. شبیه تر کیب درمان های خاص که در صورت دریافت همراه یکدیگر خطرناک می باشند، نیست. پس چرا نباید آن را امتحان کرد؟ دکتر جان فرامسون ادامه می دهد: «سوء برداشت هایی که از AA می بینیم اکثر از خود افراد الکی منشاء می گیرد.» فرد الکی می گوید: من به AA نمی روم زیرا یک مرکز دینی است یا ممکن است مضر باشد یا به این مرکز نمی روم چون تضمینی نیست که کار کند. و من می گویم: «برو و امتحانش کن. اگر یک جلسه را دوست نداری به جلسه ی دیگر برو. اگر با یک گروه به شدت مذهبی یا جنسیت گرا یا ضد درمان رو به رو شدی؛ با کمی گشتن، گروه دیگری پیدا خواهی کرد.» او به دانشجویان پزشکی پیشنهاد می کند که جلسات باز AA بروند. بسیار خوب خواهد بود اگر از تمام دانشجویان پزشکی خواسته شود تا در چند جلسه حضور داشته باشند و سپس گزارشی از حضورشان و درک انجمن، ارائه دهند یا با یکی از اعضای حاضر AA دوره ی آموزشی داشته باشند. به این ترتیب وقتی یک پزشک بخواهد به مراجعه کننده الکی مشورت دهد، می تواند بگوید من در جلسات AA حضور داشته ام. می دانم چه شکلی است. ارزش امتحان کردنش را دارد. از بین بردن افسانه ها و سوء برداشت ها درباره ی الکی های گمنام برای AA و متخصصان مهم است زیرا روابط تقویت شده و حسن نیت می تواند برای کمک به کسانی که ماموریت آنها معرفی AA به الکی هایی که در رنج هستند به کار گرفته شود.

برگرفته از خبرنامه ی "برای متخصصان"، بهار ۲۰۱۷
بخش خبرنامه های سایت AA شماره F-۱۳

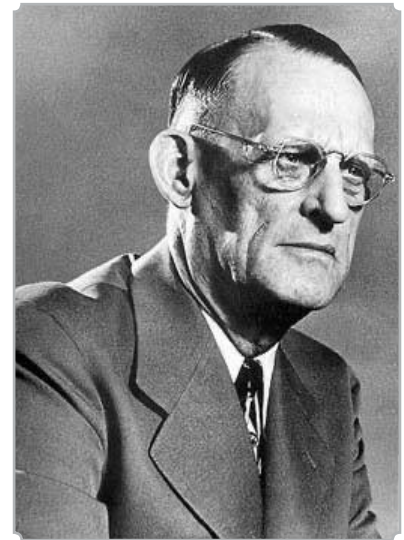
۱- Atheist افرادی که ادعای اثبات عدم وجود خدا را دارند.

۲- Agnostic افرادی که می گویند وجود یا عدم وجود خدا را نمی توان اثبات کرد.

آخرین گیلانس باب

نگاهی به کتاب "دکتر باب و پیشکسوتان"

داستانی خواندنی از نوشیدن آخرین آبجویی که دکتر باب از دست بیل ویلسون گرفت!



رابرت هلبروک اسمیت معروف به "دکتر باب" در هجدهم آگوست ۱۸۷۹ در شهر کوچک "ورمنت" آمریکا بدنیا آمد. وی در خانواده‌ای به دنیا آمد که بسیار سختگیر بودند به خصوص مادرش در تربیت فرزندان قوانین بسیار سختگیران‌های داشت که البته دکتر باب از همان کودکی از آنها فراری بود. برای مثال والدینش او را مجبور می‌کردند که هر شب رأس ساعت ۵ عصر به رختخواب بروند و بخوابند و یا از کودکی تا دوران دبیرستان مجبور بود مرتباً به کلیسا برود و در تمامی مراسم مذهبی شرکت کند. این امر نوعی سرکشی را در او بوجود آورد که میتوان رد پای بیماری الکلیسم را از همان کودکی در رفتارهای او پیدا کرد و به گفته‌ی خودش شاید همین سختگیری‌های ریشه‌ی اصلی و عامل مهمی در الکلی شدنش باشد. او هر روز ساعت پنج عصر به رختخواب می‌رفت اما وقتی یقین پیدا می‌کرد همه خوابند، از رختخواب بیرون می‌آمد و از خانه خارج و تا پاسی از شب با دوستانش می‌ماند و یا به محض اینکه فرصتی دست می‌داد از مدرسه فرار می‌کرد و به خاطر اجبار خانواده در رفتن به کلیسا به محض اینکه از خانوادهاش جدا شده و استقلال یافت، دیگر هرگز در هیچ مراسم مذهبی در کلیسا حضور پیدا نکرد. علاوه بر سخت‌گیری‌های خانواده که روح الکلی او را به جدال و می‌داشت، شهر کوچک محل زندگی آنها نیز، محیط بسیار خشک و متعصبانه‌ای داشت و بر خلاف سایر شهرهای آمریکا، ساکنین شهر، خرید و فروش و مصرف مشروبات الکلی را بسیار زشت و ناپسند می‌دانستند و مکان‌هایی که در آن مشروب به فروش می‌رسید بسیار اندک بود و حتی کسانی هم که می‌خواستند مشروب

مصرف کنند به دور از چشم همگان و در خفا این کار را انجام می‌دادند، که در غیر اینصورت با برخورد بد اهالی شهر روبرو می‌شدند. بنابراین، نه در خانه و نه در شهر محل زندگی باب، هیچ‌گاه مشروبات الکلی به صورت معمول مصرف نمی‌شد و شاید همین ممنوعیت‌ها بود که باعث شد اولین بار وقتی که باب، فقط ۹ سال داشت در مزرعه‌ی خانه‌شان مشروبی که یکی از کارگران مخفی کرده بود را پیدا کند و شاید به دلیل همین لجبازی و فرار از قوانین سختگیرانه، بدون هیچ تردیدی آن را سر کشید... به هر حال او تاده سال بعد از آن یعنی تا ۱۹ سالگی دیگر مشروب نخورد و یا شاید با توجه به آن شرایط دیگر موفق به یافتن مشروب نشد. تمام دوران تحصیلش با اینکه معلمان از سرکشی او و اینکه لای کتاب‌ها را باز نمی‌کند شکایت داشتند، اما همیشه نمرات خوبی می‌گرفت و در میان هم کلاسی‌ها و دوستانش بسیار محبوب بود که این نشان می‌دهد دکتر باب نیز، مانند اکثر الکلی‌ها بسیار باهوش و مهربان بود. بعد از دوران راهنمایی، به آکادمی رفت که از خانه دور بود و به محض اینکه از کنترل خانواده آزاد شد، مهمترین فعالیت فوق برنامه‌اش، مشروب خوردن شد. او می‌گوید: «تقریباً همه در آنجا مشروب می‌خورند اما صبح روز بعد، همه با خماری و حالت تهوع بیدار می‌شدند اما من حالم از بقیه بهتر بود و در زندگی حتی یک بار سردرد ناشی از مشروب یا تهوع نداشتم.» که این هم می‌تواند استعداد جسمی و ذاتی او را به الکل نشان دهد. در آکادمی و دانشگاه هم با اینکه خیلی کم مطالعه می‌کرد اما همیشه نمرات خوب و ممتازی می‌گرفت و مهارت و استعداد فوق‌العاده‌اش در انجام هر نوع فعالیتی حتی بازی‌های مختلف باعث تعجب دیگران می‌شد (بسیار با استعداد و باهوش بود). وقتی به‌عنوان دانشجوی پزشکی وارد دانشگاه شد سایر علایم بیماری‌اش نیز ظاهر شد به این ترتیب به عضو ثابت انجمن مشروب خواران تبدیل شد و رعه‌های صبحگاهی‌اش شروع شده بود. درس و دانشگاه این شاگرد ممتاز، به شدت دچار مشکل شد و از ترس اخراج از دانشگاه، به مزرعه‌ی دوستش رفت و در آنجا الکل را ترک کرد و بعد از آن با تعهد دوباره به دانشگاه برگشت و در کمال تعجب، امتحاناتش را بسیار خوب سپری کرد. در این باره دوستانش باور داشتند او در تمام امور زندگی بجز مشروب، اراده‌ی فوق‌العاده‌ای دارد و به محض اینکه خواست، تمامی امتحانات را با موفقیت به پایان رساند اما بعد از آن دوباره یک دوره مشروب‌خواری را شروع کرد که در نتیجه از دانشگاه اخراج و مجبور به ادامه تحصیل در دانشگاه دیگری شد. مرد الکلی داستان ما، در آنجا هم مشروب‌خواری‌های خود را ادامه داد و باز هم چندین بار تعهد و امضا داد که دیگر مصرف نمی‌کند اما فایده نداشت و در نهایت به سختی در سن ۳۱ سالگی مدرک پزشکی‌اش را گرفت. بعد از آنکه دوران دستیاری‌اش تمام شد به شهر "آکرون" رفت و در آنجا مطب خود را افتتاح کرد اما مشروب‌خواری‌اش باز هم شدت یافت. چندین بار در بیمارستان و کلینیک بستری شد تا ترک کند اما

در آنجا هم قاچاقی مصرف می کرد و در نهایت، کار پزشکی را رها کرد به مزرعه پدری رفت و در آنجا دو ماه در رختخواب ماند تا ترک کند. بعد از ترک، به محض برگشتن به آکرون با "آنی" ازدواج کرد و سه سال بعد از ازدواج، دیگر لب به مشروب نزد که نشان می دهد گاهی پیش می آید که یک الکلی، با اتکا به نفس خود و با یک اتفاق خوب مثل ازدواج، مدتی مصرف نکنند اما همانطور که در ادامه می خوانیم، این وضعیت نیز، موقتی خواهد بود. در سال ۱۹۱۸ اولین فرزندش به دنیا آمد و در همان سال قانون ممنوعیت الکل در آمریکا تصویب شد و دکتر فکر کرد چون بعد از اجرای قانون ممنوعیت، دیگر نمی تواند به راحتی مشروب پیدا کند، پس با نوشیدن مقدار کمی مشروب، مشکلی برایش پیش نخواهد آمد؛ که باز هم فکر به ظاهر منطقی الکلی، او را به قهقرا کشاند. نتیجه، مشخص بود بعد از ممنوعیت الکل نیز به نام آشنایانش نسخه های دروغین می نوشت و برای آنها جهت مصرف پزشکی، الکل تجویز میکرد و یا از قاچاق فروشان مشروب تهیه می کرد و دوباره مصرف کردن را از سر گرفت. مدتی هم برای جلوگیری از عرشه از قرص های آرام بخش استفاده می کرد اما به قول خودش بعد از آن به اعتیاد دو گانه مبتلا شد. او به سختی با استفاده از قرص آرام بخش تا ساعت چهار عصر، مشروب استفاده نمی کرد تا به طبابتش برسد و در همین دوران تخصص خود را به عنوان جراح گرفت. از آن به بعد دکتر باب مرتب مست می کرد و مرتب قول می داد که ترک کند! او هر شب برای ورود به خانه تفتیش بدنی می شد اما در جاساز کردن مشروب متخصص شده بود. بعد از آزاد شدن مشروب، همسرش راقان کرد که با خوردن آبجو، همه چیز بهتر میشود در نتیجه، انبار خانه را پر از آبجو کرد اما با سرنگ به آبجوها الکل خالص تزریق می کرد و وضعیت از قبل هم بدتر شد. دکتر باب، حتی با "انجمن آسفورد" آشنا شد و دو سال و نیم، مرتب در جلساتشان شرکت می کرد و تقریباً هر کاری به او گفتند انجام داد؛ همیشه دعا می کرد و کتاب های مذهبی و معنوی بسیاری مطالعه کرد اما باز هم موفق به ترک نشد. این فعالیت ها نشان دهنده ی تمایل واقعی او به ترک بود که از مدتها قبل در او شکل گرفته بودند. تا اینکه عاقبت روزی یکی از آشنایان شان به نام "هنریتا سایبر لینگ" به خانه شان تلفن زد و گفت مردی به نام "بیل ویلسون" که فکر می کند در مورد مشروب خواری می تواند به دکتر کمک کند، می خواهد با او ملاقات کند. هنریتا، دکتر و همسرش را برای ملاقات با بیل به خانه ی خود دعوت کرد اما دکتر، قرار ملاقات اول را لغو کرد؛ چون آن روز به هیچ وجه حال روحی و جسمی خوبی نداشت. در قرار ملاقات دوم، قول دادند که خواهند رفت و با اینکه باز هم حال دکتر خوب نبود حاضر شد به آنجا برود، اما در راه با همسرش قرار گذاشت که فقط پانزده دقیقه آنجا می ماند و بعد از آن خارج خواهد شد. اما وقتی "بیل ویلسون" را ملاقات کرد و صحبت هایش را شنید، آنچنان جذب این گفتگو شد که بیش از شش ساعت در آنجا ماند و هر لحظه که از صحبت های شان می گذشت، حالش بهتر

می شد. دکتر میگوید: «صحبت هایی که آن روز شنیدم حرف های جدید نبود. این سخنان را قبلاً هم شنیده بودم اما چیزی که باعث شد جذب آن شوم این بود که این حرف ها را یک الکلی واقعی می زد. بیل، ابتدا از تجربیات مشروب خواری خود تعریف کرد و من فهمیدم که او نیز از جنس من است.» در ضمن بیل ویلسون در اولین ملاقات تاکید کرد که خوب می داند همانطور که یک الکلی به کمک او نیاز دارد، همان قدر هم خودش به کمک آن الکلی نیاز مندست و در واقع هر دو به یکدیگر نیاز دارند. بعد از آن ملاقات، بیل ویلسون در آکرون ماند و دکتر باب مصرف کردن را کنار گذاشت. بعد از گذشت دو هفته، دکتر تصمیم گرفت به کنوانسیون انجمن پزشکی که در تمام بیست سال گذشته مرتب در آن شرکت کرده بود برود. اما در راه رفتن به "آتلانتیک سیتی" در قطار دوباره مشروب خورد و بیل و آنی بعد از پنج روز انتظار در حالی که دکتر را گنج و منگ در ایستگاه قطار افتاده بود، پیدا کردند. دوباره او را به خانه آوردند. بعد از آن دو روز مصرف نکرد اما روز سوم چون عمل جراحی مهمی داشت و لرزش دستش بسیار زیاد بود، مجبور شدند یک قوطی آبجو به او بدهند تا عمل جراحی را با موفقیت سپری کند. بعد از آن عمل جراحی، در حالی که همه از موفقیت عمل خوشحال بودند، دکتر باب به منزلش برگشت و آن قوطی آبجو، آخرین نوشیدنی الکلی بود که دکتر تا آخر عمرش مصرف کرد. میل به مصرف و وسوسه در بیل ویلسون به یکباره و بعد از یک اتفاق معنوی از بین رفت اما دکتر باب این گونه نبود و حتی بعد از ملاقات با بیل ویلسون باز هم دو بار تسلیم وسوسه شد و حتی تا مدتها بعد از آخرین بار مصرف، باز هم وسوسه داشت. بیل ویلسون در اینباره می گوید: "علاقه و ولع مشروب خواری در دکتر باب تا دو سال و نیم بعد از پاک شدنش همیشه با او بود." شاید همین ولع دکتر بود که باعث شد از اولین روز های پاکی که توانست روی پای خود بایستد تا آخرین روز های زندگی که سر پا بود با تمام قدرت و هر روز به خدمت دیگر الکلی ها مشغول شد. او در آخرین سخنرانی قبل از مرگش نیز به این باور خود تاکید کرد و چنین گفت: اگر عصاره برنامه ی دوازده قدم را بگیریم به این دو واژه خواهیم رسید "عشق و خدمت". این خلاصه ای از قسمت های اولیه ی کتاب «دکتر باب و پیشکشوتان» بود که مطالعه کردید. همانطور که ملاحظه کردید دکتر باب از همان اوایل کودکی یک الکلی واقعی با عطش سیری ناپذیر به مشروب بود. او در تمام موارد زندگی باهوش، با استعداد و با اراده بود اما همیشه وقتی پای الکل در میان بود شکست می خورد. با مطالعه ی مطالب این کتاب خواهید دید که دکتر باب، با این وسوسه ی قدرتمند و میل به مشروب خواری شدید چگونه مسیر زندگی جدیدی پیدا کرد که از طریق آن، تا روزی که زنده بود تسلیم وسوسه نشد. مسیر دکتر باب در برنامه ی دوازده قدم و عملکرد او بعد از پاک شدن می تواند راهنمای خوبی باشد برای تمام کسانی که حتی بعد از آشنایی با برنامه باز هم از وسوسه ی شدید رنج می برند و تا مدتها پس از پاکی نیز با وسوسه دست به گریبان هستند.

- ۱- توضیحاتی چند در رابطه با انجمن
- ۲- تاریخچه‌ی انجمن
- ۳- نظریه‌ی پزشک، جایزه لاسکر و درباره ما
- ۴- بازتاب‌های روزانه
- ۵- فروشگاه: نشریات و محصولات
- ۶- جلسات: گروه‌ها و آدرس و مسیریابی آنها
- ۷- اخبار
- ۸- پرسش و پاسخ

جلسات و گروه‌ها: در این قسمت تمامی جلسات و گروه‌های ایران بصورت آنلاین و آفلاین قابل جستجو می‌باشند و مسیریابی از طریق اپلیکیشن‌های "گوگل مپ (google map)" و "نشان" میسر شده و کاربر می‌تواند توضیحات مربوط به یک جلسه از قبیل فرمت، ساعت و آدرس آن را مورد بازدید قرار دهد و در صورت نیاز برای سایرین بصورت پیامک یا تصویر به اشتراک بگذارد. **بازتاب‌های روزانه:** بر مبنای تقویم و تاریخ هر روز بصورت منظم و روزانه به نمایش گذاشته خواهد شد. **فروشگاه:** در این قسمت فروش آنلاین نشریات انجمن انجام می‌گیرد و کاربر می‌تواند نسخه‌های الکترونیکی (pdf) و مکتوب را خریداری کند. **بسته‌ی تازه وارد:** دارای پم‌فلتهای اهدایی گروه‌ها به اعضای تازه وارد می‌باشد که شامل: (خطاب به تازه وارد، خوش آمدگو هوشیار زیستن و پرسش و پاسخ درباره راهنما) می‌باشد. **نشریات:** شامل نشریات بصورت رایگان و بدون امکان کپی کردن است و در حال حاضر کتاب‌های "۱۲ قدم ۱۲ سنت (۱۲+۱۲)" و "الکلی‌های گمنام" در این بخش ارائه گردیده است. **فصلنامه‌ی مسیر هوشیاری:** در این بخش شماره‌های قبلی این نشریه در دسترس می‌باشد.

درباره‌ی ما: در این بخش اطلاعاتی جامع، کوتاه و مفید قابل دسترسی است از جمله: (تعریف الکلی‌های گمنام تاریخچه، نظریه‌ی پزشکی، چگونگی عملکرد و ...) **تماس با ما:** در این قسمت شماره‌های تماس، آدرس تارنما (وب سایت) و آدرس پست الکترونیکی و همچنین آدرس پستی موقعیت مکانی دفتر خدماتی انجمن قابل رویت می‌باشد که امکان تماس مستقیم با دفتر نیز برای مخاطبان فراهم گردیده است. **اخبار:** اخبار روز انجمن در سطح ایران بصورت روزانه در دسترس می‌باشد. **پرسش و پاسخ:** در این بخش کاربر می‌تواند سوالات خود را در مورد انجمن مطرح نماید و جواب خود را دریافت نماید؛ سوالاتی از قبیل: ۱۲ قدم، ۱۲ سنت، ارتباط راهنما و رهجو و... **آلبوم تصاویر:** در این قسمت تصاویری از همایش‌ها کارگاه‌ها، جلسات باز و... با در نظر گرفتن شرایط و

تلفن همراه!... بهبودی؟

معرفی کمیته‌ی سایت انجمن

- دریافت داستان‌ها برای فصلنامه مسیر هوشیاری
حال توضیحات مختصری در مورد امکانات سایت انجمن الکلی‌های گمنام ایران

با توجه به رشد تکنولوژی و افزایش استفاده‌ی انسان از فناوری‌های نوین، انجمن الکلی‌های گمنام ایران همگام با سایر نهادهای مردم نهاد، جهت ارائه‌ی خدمات و امکانات به اعضای خود در محیطی امن و آرام از قافله‌ی فضای مجازی عقب نماند و در این راستا به منظور آشنایی بیشتر شما عزیزان، مطالبی کوتاه جهت معرفی کمیته‌ی سایت انجمن تقدیم حضورتان می‌کنیم. انجمن الکلی‌های گمنام ایران از سال ۱۳۹۰ بدنبال احساس نیاز ساختار خدماتی خود، جهت حضور فعال در راستای سنت پنجم و افزایش اتحاد و همبستگی، آغاز فعالیت نسخه اولیه سایت با قابلیت استفاده به فراخور سرعت اینترنت در آن زمان را کلید زد. در همان سال، ساختار خدماتی انجمن، به منظور ارزیابی تخصصی مطالب به دوستان هم‌درد، کمیته‌ی سایت انجمن الکلی‌های گمنام ایران را راه‌اندازی کردند. ثمره تلاش‌های این کمیته، ارزیابی سایت انجمن به آدرس (<http://aaيران.org>) بود که در سالهای اخیر قابلیت‌های زیادی به آن اضافه شد.

در راستای فعالیت کمیته سایت و با توجه به افزایش سرعت و حضور سایت‌های گوناگون در بستر اینترنت و همچنین نرم افزارهای کم حجم ولی کاربردی، شورای منطقه‌ی الکلی‌های گمنام ایران در سال جاری بر آن شد تا با پیشنهاد این کمیته نسبت به برنامه‌ریزی و طراحی مجدد و زیباتر سایت و انتشار یک اپلیکیشن کم حجم و قابل استفاده بر روی گوشی‌های با سیستم عامل اندروید گام مهمی در رساندن پیام انجمن در فضای مجازی بردارد. این سایت و آپ‌داری امکانات کاملاً مشابه و با قابلیت دسترسی آسان بدین شرح می‌باشد:



رعایت اصل گمنامی قابل رویت و در دسترس می باشد.
توضیحات: در سایت جدید، تمامی خدمتگزاران می توانند نام کاربری و رمز عبور دریافت و در راستای خدمت خود اطلاع رسانی نمایند.

اپلیکیشن انجمن الکلی های گمنام ایران:

تمام امکانات سایت که بصورت مختصر به آنها اشاره کردیم در اپ اندروید نیز بصورت کامل قابل استفاده می باشند. از این امکانات می توان به این موارد اشاره داشت که کاربر می تواند این اپ را از گوگل پلی (google play) دریافت و همچنین با استفاده از موقعیت مکانی و انتخاب مکان حضور خود، به آدرس نزدیکترین جلسه دسترسی داشته باشد.





کلام آخر

امیدواریم از مطالعه‌ی مطالب این شماره از مجله، لذت برده باشید. از اینکه با ما همراه هستید، از شما سپاسگزاریم. هدف اصلی ما رسیدن به بهترین حالت ممکن نشریه‌ای که پیش روی شماست. به همین دلیل، منتظر پیشنهادات و نظرات شما دوستان هستیم که بدون شک، مسیر را برایمان هموارتر خواهد کرد. همانطور که میدانید، در "مسیر هوشیاری" داستان‌ها و مشارکت اعضا، نگاهی کوتاه به فعالیت کمیته‌های خدماتی معرفی نشریات و اهمیت آن در دوران بهبودی را با هم مرور می‌کنیم. انتشار شماره‌ی بعدی این نشریه به همت همه اعضای انجمن و دست‌نوشته‌های شما همراهان گرامی بستگی دارد...

تأثیر نشریات در انجمن غیرقابل وصف است

بیل ویلسون در شماره ماه می ۱۹۶۴ مجله گریپ واین بعد از تیترا فوق چنین نوشت:

برای مثال فرض کنید در ۵۲ سال گذشته هیچ نشریاتی در انجمن وجود نداشت، نه کتابی، نه پمفلتی.....

احتمالاً با یک تخیل ساده پی خواهیم برد که پیام ما بطور نا امید کننده ای نابود می شد.

روابط ما با پزشکان و روحانیون به یک فاجعه تبدیل می شد.

و بطور کلی برای الکلی های امروز یک لطیفه می شدیم.

و عموم مردم در مورد ما مشکوک فکر می کردند.

بدون نشریات، انجمن الکلی های گمنام بطور قطع گرفتار اختلاف نظرات، آشفتگی و نابودی می شد.

برگرفته از جزوه کمیته نشریات به شماره MG09