



Narcotics Anonymous®

معتادان گمنام

IP NO. 7-FA

آیا من  
معتاد  
هستم؟

حقیقت آزار دهنده روبه‌رو شدیم:

۱. ما در برابر اعتیاد عاجزیم و زندگی‌مان غیر قابل اداره شده است.
  ۲. اگر چه مسئول بیماری خود نیستیم، ولی مسئول بهبودی خود هستیم.
  ۳. بیش از این نمی‌توانیم از بابت اعتیاد خود، مکان‌ها، چیزهای مختلف یا مردم را سرزنش کنیم. ما باید با مشکلات و احساسات خود روبه‌رو شویم.
- "برترین سلاح بهبودی، معتاد در حال بهبودی است."

Copyright © 2002 by  
Narcotics Anonymous World Services, Inc.  
All rights reserved

WorldServices Office  
PO Box 9999  
Van Nuys, CA 91409 USA  
Tel. (818) 773-9999  
Fax (818) 700-0700  
Website: www.na.org

World Services Office - EUROPE  
48 Rue de l'Été  
B-1050 Brussels, Belgium  
Tel. + 32/2/646-6012  
Fax +32/2/649-9239

World services Office - CANADA  
150 Britannia Rd. E. Unit 21  
Mississauga, Ontario, L4z 2A4, CANADA  
Tel. (905) 507-0100  
Fax (905) 507-0101

World services Office - IRAN  
Tehran - PO Box 14665/3115  
Tel. (+98) 021 - 88 68 16 52  
www.nairan.org



This is NA Fellowship-approved Literature.

Narcotics Anonymous,    The NA Way  
Are registered trademarks of  
Narcotics Anonymous World Services, Incorporated.

ISBN 1-55776-493-X Farsi 4/02

WSO Catalog Item No. FA-3107

"وقتی همسر یا شغل مناسبی پیدا کنم و غیره؛ قادر خواهم بود ترک کنم."

اگر معتاد هستید، اول باید اقرار کنید که با مواد مخدر مشکل دارید تا بتوانید حرکت به سوی بهبودی را آغاز کنید. پاسخ مادقانه شما به این پرسش‌ها، شاید تا حدی نشان دهد که مواد مخدر چه‌طور زندگی شما را غیر قابل اداره کرده است. اعتیاد نوعی بیماری است که در صورت نداشتن برنامه بهبودی، عاقبتش زندان، تیمارستان، یا مرگ خواهد بود. بسیاری از ما به این دلیل به معتادان گمنام آمدیم که مواد مخدر دیگر پاسخ‌گوی انتظارات ما نبود. اعتیاد، سر بلندی، عزت نفس، خانواده، کسانی را که دوست داریم و حتی میل به زندگی را از ما می‌گیرد. ولی لازم نیست همه به این مرحله از اعتیاد برسند. ما دریافته‌ایم که جهنم ما در درون ما بود. اگر شما به کمک احتیاج دارید، آن را در انجمن معتادان گمنام خواهید یافت.

ما در جست‌وجوی راه حل، دست یاری‌دهنده‌ای خواستیم و انجمن معتادان گمنام را پیدا کردیم. خراب و شکست خورده، در اولین البته به دلیل همین چیزها، خیلی‌ها لغزش کردند و بسیاری هم به‌کلی ناپدید شدند. اما خیلی‌ها هم ماندند، و عده‌ای هم شکست خوردند و بازگشتند. جنبه روشن‌تر قضیه، این واقعیت است که تعداد زیادی از اعضای فعلی ما مدت‌هاست در پرهیز مطلق بوده‌اند و بهتر می‌توانند به تازه‌واردان کمک کنند. رویکرد آنان، که بر ارزش‌های معنوی نهفته در قدم‌ها و سنت‌های ما استوار شده است، نیرویی است که پیوسته رشد و اتحاد را برای برنامه ما به ارمغان می‌آورد. اینک، ما مطمئنیم دورانی فرارسیده است که دیگر آن دروغ قدیمی - "کسی که عملی شد، تا آخر عمر عملی می‌ماند" - نه نزد جلسه NA شرکت کردیم و نمی‌دانستیم چه انتظاری باید داشته باشیم. در همان جلسه اول یا دو سه جلسه بعدی، کم‌کم احساس کردیم دیگران می‌خواهند به ما کمک کنند و بهبودی ما برای‌شان اهمیت دارد. خودمان فکر می‌کردیم که هرگز کاری از پیش نخواهیم برد، ولی اعضای انجمن با اصرار بر این که می‌توانیم بهبودی خود را به دست آوریم، به ما امیدواری دادند. در حلقه سایر معتادان متوجه شدیم که دیگر تنها نیستیم. بهبودی فرایندی است که در جلسات ما جریان دارد. مسئله مرگ و زندگی است. ما دریافته‌ایم بهبودی که در اولویت باشد، این برنامه کارساز است. ما با سه