



Narcotics Anonymous

معتادان گمنام

IP NO. 23

پاک ماندن

در دنیای

بیرون

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



This is NA Fellowship-approved Literature.

Narcotics Anonymous,   The NA Way

Are registered trademarks of

Narcotics Anonymous World Services, Incorporated.

ISBN 0-912075-33-3

English

11/96

WSO Catalog Item No. EN -3123

CarryTheMessage.Com

Source: Kur B.

ما کارهایی را که برای پاک ماندن لازم است انجام دهید بیان کردیم. کارهایی هم هست که ما نباید انجام دهیم. در جلسات NA، اغلب می‌شنویم که ما باید روش قدیمی زندگی مان را تغییر دهیم. این بدان معنی است که ما هیچ نوع ماده مخدری را مصرف نمی‌کنیم.

همچنین ما فهمیده ایم که نباید به مکان‌هایی که در آنها مصرف می‌کردیم برویم و نیز با کسانی که مصرف می‌کردیم، نباید معاشرت کنیم. وقتی به خودمان اجازه دهیم که دور و بر آشنایان و مکان‌های قدیمی دوران مصرف پرسه بزنیم، در واقع خودمان را برای لغزش آماده کرده ایم. ما در مقابل اعتیاد عاجز هستیم. این افراد و مکان‌ها، هرگز در گذشته به ما کمک نکردند تا پاک بمانیم. احمقانه است اگر فکر کنیم که شرایط فرق کرده است.

برای یک معتاد، هیچ چیز نمی‌تواند جای انجمنی که دیگران در آن در حال بهبودی هستند را بگیرد. نکته مهم این است که به خودمان و بهبودی مان یک فرصت بدهیم. دوستان جدید و زیادی در NA، منتظر ما هستند و دنیای جدیدی از تجربیات پیش روی ماست.

ما کارهایی را که برای پاک ماندن لازم است انجام دهید بیان کردیم. کارهایی هم هست که ما نباید انجام دهیم. در جلسات NA، اغلب می‌شنویم که ما باید روش قدیمی زندگی مان را تغییر دهیم. این بدان معنی است که ما هیچ نوع ماده مخدری را مصرف نمی‌کنیم.

همچنین ما فهمیده ایم که نباید به مکان‌هایی که در آنها مصرف می‌کردیم برویم و نیز با کسانی که مصرف می‌کردیم، نباید معاشرت کنیم. وقتی به خودمان اجازه دهیم که دور و بر آشنایان و مکان‌های قدیمی دوران مصرف پرسه بزنیم، در واقع خودمان را برای لغزش آماده کرده ایم. ما در مقابل اعتیاد عاجز هستیم. این افراد و مکان‌ها، هرگز در گذشته به ما کمک نکردند تا پاک بمانیم. احمقانه است اگر فکر کنیم که شرایط فرق کرده است.

برای یک معتاد، هیچ چیز نمی‌تواند جای انجمنی که دیگران در آن در حال بهبودی هستند را بگیرد. نکته مهم این است که به خودمان و بهبودی مان یک فرصت بدهیم. دوستان جدید و زیادی در NA، منتظر ما هستند و دنیای جدیدی از تجربیات پیش روی ماست.