

زمالة المدمنين المجهولين مملكة البحرين



المجلة السنوية ٢٠٢٤

تم اعتماد هذه المجلة من قبل لجنة خدمات المنطقة
لزمالة المدمنين المجهولين - مملكة البحرين



- دعاء الخدمة
- رؤية زمالة المدمنين المجهولين
- تعاني من إدمان المخدرات
- كلمات جيمي ك
- أنشطة لجنة خدمات المنطقة
- معايشة البرنامج
- تجارب شخصية
- مفاتيح الحرية
- خارطة الاجتماعات في مملكة البحرين
- جدول الاجتماعات
- الخطوات الاثنتي عشر
- التقاليد الاثني عشر
- المفاهيم الاثني عشر

اللهم امنحنا المعرفة لنكتب
بما تمليه علينا احكامك
الإلهية، واغرس فينا بصيرة
بأهدافك ... اجعلنا خدماً
لإرادتك، وهب لنا من لدنك
إنكاراً للذات ليصبح ما نقوم
به من صنعك لا من صنعنا،
لكي لا يموت مدمن في أي
مكان من أهوال الإدمان

رؤيتنا بأنه في أحد الأيام

جميع جهود زمالة المدمنين المجهولين مستوحاة من الهدف الأساسي لمجموعاتنا التي نخدمها. وعلى هذه الأرضية المشتركة نقف ملتزمين.

رؤيتنا هي أنه في يوم من الأيام:

تتاح الفرصة لكل مدمن في العالم تجربة رسالتنا باللغة والثقافة الخاصتين بهما و إيجاد فرصة أسلوب جديد للحياة. كل عضو تدفعه هبة التعافي بإمكانه تجربة النمو الروحاني وتحقيق ذاته من خلال الخدمة.

هياكل الخدمة لزمالة المدمنين المجهولين حول العالم تعمل مع بعضها البعض بروح من الوحدة والتعاون لدعم المجموعات في حمل رسالتنا للتعافي.

تتمتع زمالة المدمنين المجهولين باعتراف وتقدير عالمي كبرنامج فعال للتعافي.

الصدق، الأمانة والنية الحسنة هم أسس تلك المبادئ، فنحن نعتمد في جميع جهود خدمتنا على توجيه قوة عظمى محبة.



تعاني من إدمان المخدرات؟

زمالة المدمنين المجهولين
تستطيع مساعدتك

أعطي نفسك فرصة



[+97317533558](tel:+97317533558)



[nabahrain](https://www.instagram.com/nabahrain)

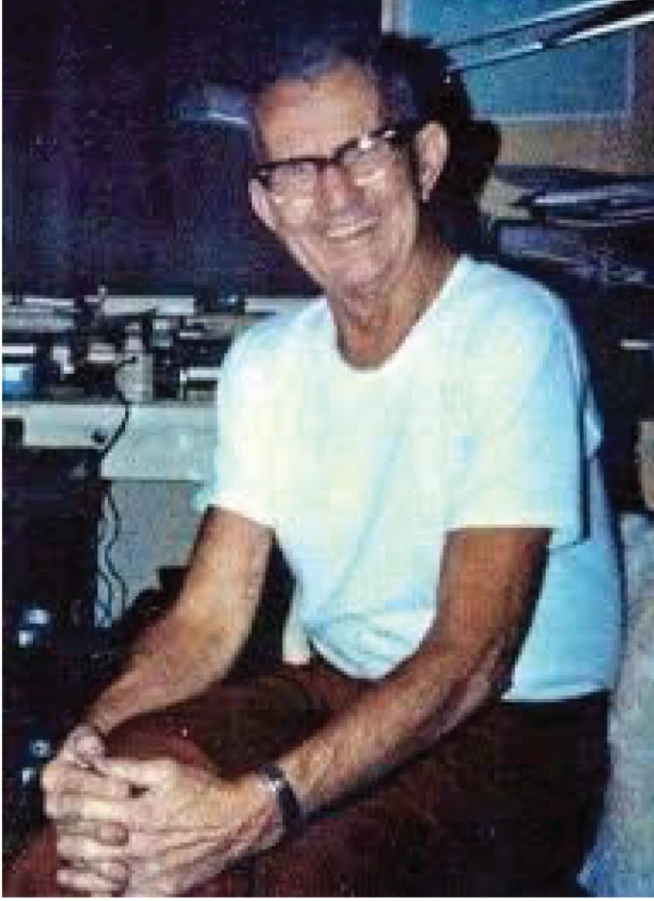


www.nabahrain.org



بعض الكلمات لجيمي ك

مؤسس زمالة المدمنين المجهولين



لا يهمني كيفية انضمام الأشخاص في البرنامج طالما أنهم يأتون ويريدون ما لدينا. هناك أوقات أشعر فيها أنني لا أتواصل مع القادمين الجدد بما فيه الكفاية. قوتي العليا تعمل معي بطريقة مضحكة نوعاً ما. بشكل عام عندما أسأل عن وافد جديد، أسأل بهذه الطريقة بالنسبة لي: أقول إنني أريد شخصاً لفترة قصيرة يريد هذا البرنامج... هذا هو زرع البذور. أعتقد أن أحد الأشياء التي سأستمر في القيام بها، على الأرجح، هو تقديم نفسي بالكامل قدر الإمكان لهذا البرنامج. لأنها حياتي كلها. هذا لا يعني أنه ليس لدي الكثير من الأشياء الأخرى للقيام بها. ليس لدي الوقت الكافي لفعل كل ما أريد القيام به.. لقد قلت من قبل للأشخاص الذين يأتون إلى هذا البرنامج والذين أقابلهم في الاجتماعات: سأبقى هنا لفترة طويلة جداً. لذا عليك أن تتحملني، لأنني لن أرحل. ولكن أأمل أن تتسكع أيضاً. لأنه ربما، ربما إذا بقينا جميعاً معاً، سنجد الوحدة في هذا البرنامج. سوف نتعلم كيفية تطبيق التقاليد التي هي الشيء الوحيد الذي سيجعل الزمالة تنمو. وسنتمكن من حمل الرسالة إلى كل ركن من أركان الأرض... نحن بحاجة إلى الجميع، ولنسنا بحاجة إلى عدد قليل من الناس. إن كل عضو في زمالة المدمنين المجهولين NA مطلوب بطريقة ما. لم يقم أحد منا بإنجازه... لا يمكننا جميعاً أن نعطي كل وقتنا، لكن يمكننا أن نكون البرنامج... أذكر في كثير من الأحيان كان علينا أن نظهر لماذا نحتاج إلى كل هذه الأشياء؟ ... لأنه في يوم من الأيام سيكون هناك الكثير من الأطفال الذين لم يولدوا بعد، وسيحتاجون إلى ما نقدمه. والحمد لله لدينا ما نقدمه. ليس فقط الأشخاص الجدد، بل أطفال الأعضاء الذين لم يولدوا حتى في ذلك الوقت، والذين لديهم ما يقدمونه للعالم.

نحن بالفعل نتعافى

عندما نكتشف في نهاية الطريق أننا لا نستطيع بعد الآن أن نحيا كبشر سواء بالمدخرات أو بدونها، نواجه جميعاً نفس المأزق. ماذا بقي أماننا لنفعله؟ ويبرز أماننا هذا الاختيار: إما أن نستمر بكل ما نستطيع لنصل لنهايات مريرة - السجون أو المصحات أو الموت - أو نجد أسلوباً جيداً للحياة في الماضي لم يتح هذا الاختيار إلا للقليل من المدمنين، والمدمنون اليوم أوفر حظاً، فلأول مرة التاريخ يثبت أسلوب بسيط نفسه في حياة الكثير من المدمنين، وهو متاح لنا جميعاً، إنه برنامج بسيط وروحاني ولكنه ليس ديني، يعرف باسم "زمالة المدمنين المجهولين".

أنشطة لجنة خدمات المنطقة

رؤيتنا في لجنة العلاقات العامة (PR) المساهمة في تثقيف المجتمع من أضرار المخدرات، والعمل على احتواء المتعافين من الإدمان وتقبلهم، وبالإضافة إلى حمل رسالة الأمل للمدمنين الذين لازالو يعانون



لجنة العلاقات العامة في شهر محرم



احد اللافتات في المنتزهات العامة



تعريف عن ما هي زمالة المدمنين المجهولين

● إقامة ورش عمل بمختلف النشاطات والفعاليات مثل فعالية عاشوراء و غيرها.

● مقابلة سعادة الدكتور وكيل وزارة الصحة والدكتورة رئيس الخدمات الطبية والقائم بأعمال الرئيس التنفيذي لمراكز الرعاية الصحية الأولية. إذ قمنا بشرح الحاجة لوجود غرف اجتماعات زمالة "م.م" في المستوصفات الصحية.

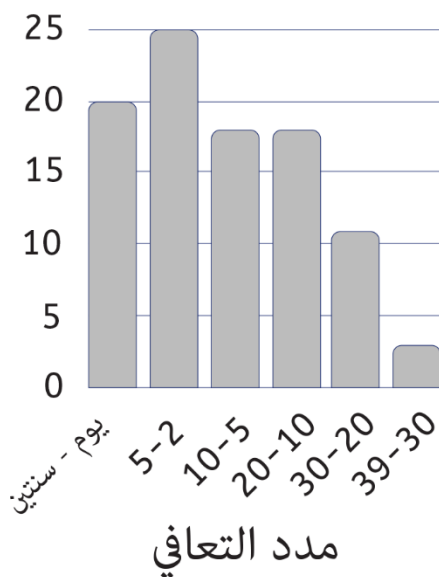
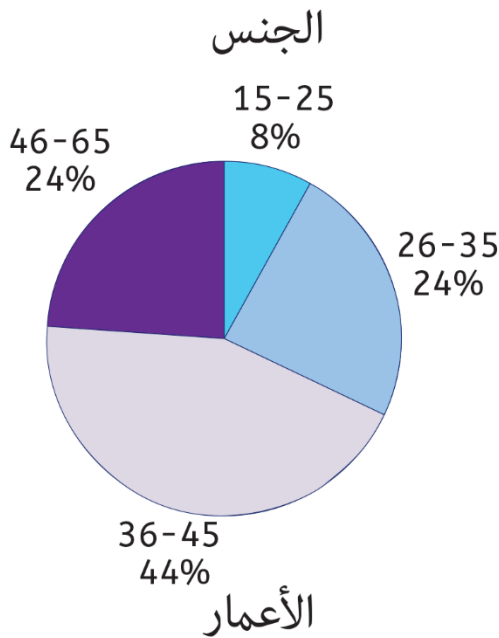
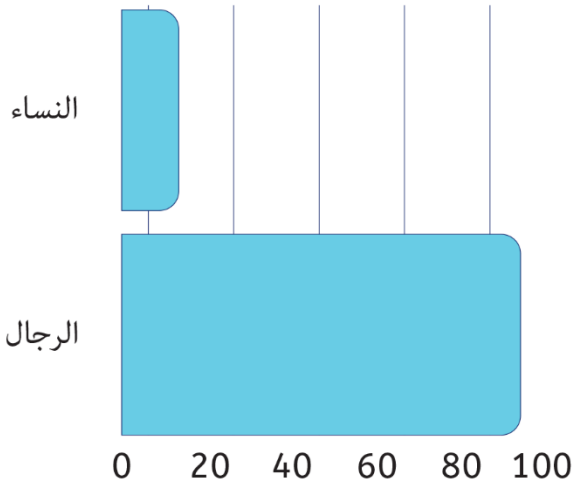
● أقامت اللجنة بكتابة نص عام بعنوان من هي زمالة المدمنين المجهولين، و ذلك لتعريف الزمالة عند مراسلاتنا مع المؤسسات العامة في الدولة. في تاريخ ٦ يونيو قامت لجنة العلاقات العامة (PR) بفعالية إسبوع العلاقات العامة لزمالة المدمنين المجهولين العالمية، و تم مخاطبة وزارة الداخلية بخصوص المساهمة و المشاركة في فعاليات اليوم العالمي لمكافحة المخدرات.

● حضور مجلس الدوي لمحاضرة بعنوان (الإدمان بين الإكتشاف و المخاطر)، حيث تلقينا دعوة من الدكتورة لمداخلة عن ما هي زمالة "م.م" م " ونشاطاتها في المجتمع وكان عدد الحضور يتراوح بين ٤٠ إلى ٥٠ شخص.

● يوم مفتوح خاص للمسؤولين في الدولة و المؤسسات والجمعيات في مملكة البحرين و تلقينا دعوة من الصحافة جريدة الوطن، وكان هناك أسئلة من الجمهور عن " ما هي زمالة "م.م"، حيث تمت دعوتنا لحضور حملة شباب واع ووطن آمن من المخدرات، وقد حضر كل من: البروفسور رئيس الجامعة الأهلية، و وزارة الداخلية، و جمعية بصمة خير ، وعدد من الدكاترة، وطلبة وطالبات الجامعة.

أنشطة لجنة خدمات المنطقة

نسبة تقريبية للأعضاء



الهدف الأساسي لزمانة المدمنين المجهولين هو حمل الرسالة للمدمن الذي مازال يعاني ورسالتنا بأن أي مدمن يستطيع الامتناع عن التعاطي ويفقد الرغبة في تعاطيها ويعيش أسلوباً جديداً للحياة . تعقد مجموعات زمالة المدمنين المجهولين إجتماعاتها على مدار الأسبوع في مملكة البحرين يحضرها الأعضاء ليساعد بعضهم البعض كي يظلون ممتنعين. تتفاوت اعمار اعضائنا رجال ونساء. النمو مستمر طالما التزمنا بهدفنا الأساسي

أنشطة لجنة خدمات المنطقة

الموقع الإلكتروني...

تم عمل الموقع لتسهيل وصول من لدية مشكلة مع المخدرات و تعريف المجتمع عن زمالة المدمنين المجهولين، و يحتوي على مواضيع متعددة للعامة و المتخصصين و للمدمنين. يوفر الأدبيات المجانية و جدول الاجتماعات و مواقع عقدها وكيفية التواصل من خلال خط المساعدة والسوشل ميديا.

www.nabahrain.org

رئيس لجنة الأنشطة

تعمل اللجنة على الأنشطة السنوية للزمالة و الأنشطة الاجتماعية و التجمعات الصيفية و الشتوية لتعزيز الوحدة للأعضاء والأحساس بروح العمل الجماعي



رئيس لجنة الدعم المنبثقة من لجنة خدمات المنطقة - مملكة البحرين. الهدف من لجنة الدعم عمل ورشات عمل تثقيفية للأعضاء والمجموعات والهيكل الخدمي للجنة خدمات المنطقة وطرح التحديات والبحث عن الحلول. خلال سنة ٢٠٢٣ قامت اللجنة بعمل ورش عمل ما يقارب ٤٠ ورشة عمل بمواضيع مختلفة. رؤية لجنة الدعم فهو الزمالة و المساهمة في حمل الرسالة لأبعد الحدود وفتح غرف الاجتماعات في اماكن لا يوجد بها اجتماعات زمالة المدمنين المجهولين والوصول للمدمن الذي مازال يعاني.



يوم الوحدة: الهدف هو التأكيد على أهمية مصلحتنا المشتركة و الوحدة في زمالة المدمنين المجهولين كان حضور الأعضاء من البحرين و السعودية و الكويت و تم عمل مواضيع مختلفة من ورش عمل و متحدثين عن الوحدة.



يوم التوجيه: من اول الاقتراحات التي نسمعها عندما نحضر لأول اجتماع لزمالة المدمنين المجهولين هو الحصول على موجه و هو القلب النابض لزمالة المدمنين المجهولين و ببساطة التوجيه هو مدمن يساعد مدمن اخر، و كان حضور الأعضاء من السعودية و عمان و تم عمل ورش عمل و متحدثين من دول مختلفة لتبادل الخبرات بين الاعضاء.

أنشطة لجنة خدمات المنطقة

المؤتمر السنوي لزمانة المدمنين المجهولين الـ ٣٩ لملكة البحرين



يقول رئيس لجنة المؤتمر :

الحمد لله على نعمة التعافي وفي هذا البرنامج

وانا اليوم جزء من هذه المنظومة الموجوده في خدمة زمالة المدمنين المجهولين بكل فخر و
عرفان

وشكراً على الثقة التي عطيتوني اياها في خدمتكم واود ان اقول لكم شي انا كنت في السابق
اي شي ابتدي فيه مستحيل انهيه الى النهايه والحمدالله اليوم بفضل الله وثم البرنامج اي
عمل ابداء فيه الحمدالله انجزه على اكمل وجه، وكل الشكر لجميع الخدم الامناء لمساعدتهم
على نجاح هذا المؤتمر والمعجزة مستمرة وطالما اتبع هذا السبيل فلا مجال للخوف .

وكل الحب والأمتنان لكل أعضاء زمالة المجهولين على الخدمات المبذولة للوصول إلى هدفنا
الأساسي وهو حمل الرسالة للمدمن الذي لايزال يعاني .

واصل العودة و المعجزة مستمرة

هل تعلم؟

- بدأ أول خط مساعدة لزمانة المدمنين المجهولين في عام ١٩٦٠، وتم فتح خط المساعدة في البحرين في عام ٢٠١٢.
- أول مجموعة تم تشكيلها لحمل الرسالة في المستشفيات و المؤسسات (H&I) في عام ١٩٦٣، و أول حمل رسالة في البحرين عام ١٩٨٥ في حدة ابن النفيس.
- أول مقالة في تاريخ زمانة المدمنين المجهولين NA بعنوان: هؤلاء المدمنون يساعدون بعضهم البعض في عام ١٩٥٤، و أول مقال لزمانة المدمنين المجهولين في البحرين بعنوان: المدمن المجهول قصة مدمنين يتحولون بإرادتهم إلى جنود يقفون ضد آفة المخدرات في عام ١٩٨٥.

معايشة البرنامج

لليوم فقط سيكون لدي ثقة بعضو في زمالة
المدمنين المجهولين، عضو يؤمن بي ويود
مساعدي في تعافي.

- هل تحدثت إلى موجهي اليوم؟
- هل شاركت خبراتي، و مواطن قوتي، وآمالي؟
- مَنْ هم الأشخاص الذين في حياتي وأثق بهم
اليوم؟

تجارب الأعضاء

مدمن (م. ص. ...)

الخدمة هي بداية التغيير والانطلاقة لبداية حياة خالية من التعاطي والسلوك المعيق ، فخدمتي الأولى كانت قائد لمجموعة جديدة ، ونوع من التحدي والاصرار والعزيمة ، فلم اشعر اني عضو الا من خلال هذه الخدمة ، وكنت أظن أنني فوق الكل والجميع كقائد ولكني اكتشفت ان القائد هو الخادم الذي ينتظر دخول المدمن الذي ما زال يعاني ، وما أنا الا خادم يهيئ الجو والمكان المناسب للأعضاء وادارة الاجتماع بفن و مرونة بدون غضب واستياء ، وتعلمت المواجهه بدون خجل ، وبداية التحرر من قيود واصفاد الادمان النشط ، ففي بداية العطاء من دون شروط أو قيود ، وتطبيق مبادئ البرنامج بكل أمانة ، تطبيق المبادئ التي سلبها مني التعاطي والادمان النشط ، وترجع لي هذه المبادئ بعد غياب من الخدمات التي كنت أقدمها في مجتمعي ، وبدأت بتطبيقها في غرف الزمالة ، وعلمتني الخدمة العطاء والتنازل والتواضع . ، ومن خلال ذلك أحمل معي برنامج زمالة المدمنين المجهولين الى المنزل والأهل أولاً ومن ثم الى المجتمع والناس ، وتعلمت من الخدمة الاحترام والتقبل والالتزام وتحمل المسؤولية التي ساعدتني في الانخراط بين الناس من جديد ، وان كنا نشعر أننا بالخدمة نقلل من أنفسنا ، لابد لنا أن ندرك أننا نكبر بأعين أنفسنا وننمو بالعطاء والأمانة في الخدمة، وهناك شي لابد لي ذكره ، لم أشعر بالانتماء وأني عضو في الزمالة الا بالخدمة ، وبالاصرار والعزيمة في الخدمة انا الآن نائب مندوب للمجموعة ونائب رئيس لجنة الدعم (خدم مؤتمنون وهم لا يحكمون) .

مدمن (ع. ...) حمل الرسالة

تعاطيت لسنين عديده وضللت أتعاطي فأصبحت سلوكياتي سيئة ، أصبحت أسرق من اهلي تارة ، و أسرق من الناس تارة اخرى دخلت السجن عدة مرات وفي لحظة خروجي أتعاطي . أدخل المصح وعند خروجي أتعاطي لم اكن اعلم كيف أمتنع عن تعاطي المخدرات كنت اتوقع انني سأعيش مدمناً لبقية حياتي وضللت لسنين على هذه الحال بين السجن والمصح حتى اصابني مرض آخر بسبب التعاطي ووصلت لمرحلة اليأس واصبحت على يقين برغبتي فالامتناع فقط ولكنني لا اعرف كيف ! وفي يوم من الأيام قررت الدخول الى المصح وتم علاجي و تعلّمتي كيفية الامتناع عن المخدرات وفي أحد الأيام اتت الينا مجموعة من الأشخاص فقالوا لنا نحن زمالة المدمنين المجهولين وكان من ضمنهم بعض الأشخاص الذين أعرفهم من أيام التعاطي ونظرت اليهم متسائلاً في نفسي ليس هذا الشخص الذي كنت اعرفه فقد تغير ١٠٠ درجة سبحانه الله فاجتمعوا معنا وتكلموا عن تجربتهم وكيف استطاعوا ان يمتنعوا عن المخدرات فقررت أن أنتهي الى هذه المجموعة كنت اريد الحل فتمسكت بهم وفعلاً حضرت اجتماعاتهم وانا في المصح وبعد خروجي تواصلت معهم وحضرت إجتماعات زمالة المدمنين المجهولين ، وتعلمت كيف استمر وعلموني كيف أعيش حياتي وكيف أتعامل مع أهلي ومع الناس وعلموني كيف أغير سلوكي وكيف أعيش الحياة . اليوم أنا ممتنع عن جميع أنواع المخدرات بفضل من الله وثم فضل الفريق العلاجي وفضل الزمالة وفضل الأعضاء .أنني ممتن لرب العالمين وممتن للذين علموني كيف أعيش حياتي من غير مخدر ، اليوم عائلتي مطمئنين ... الحمد لله على هذه النعمة . أقترح عليك اذا كنت مدمن أو عندك مشكلة مع المخدرات وتبحث عن الحل فهذا هو الحل لقد نفع معي ومع الكثير من المدمنين ...

مدمن (م) ... التعافي خلف القضبان

عندما اتيت الى الزمالة كان لدي ٧ شهور تعافي ، و يوجد لدي الكثير من القضايا والأحكام المتراكمة منذ ايام الادمان النشط . كنت اعيش في خوف من دخولي السجن ووجود ٤ قضايا متعلقه بسبب ادماني وانا ممتنع عن التعاطي ودخلت السجن لمدة شهر ونصف ، وكان الوضع شديد الصعوبة بالنسبة لي لأنني في بداية رحلة التعافي كانت لدي صعوبه في التقبل وفهم مشيئة قوتي العظمى ، (و أقول لماذا يا رب) لم اكن اعلم لأنني في بداية برنامج زمالة المدمنين المجهولين وحدث نفسي (انا ممتنع اليوم وهذه فواتير إدمايني يجب ان ادفعها لكي أعيش حياة مريحة ونظيفة و دخلت السجن وكان هناك أشخاص يتعاطون الحبوب كل يوم وكان هناك مساجين يعرفوني شخصياً وكان هناك علامة تعجب منهم واضح كيف محمود لا يتعاطى الحبوب ؟ او أي ماده مغيرة للمزاج ، وكنت أحمل رسالة زمالة المدمنين المجهولين ، بفضل قوتي العظمى أكملت فترة العقوبة وكان في هذه الفترة شهر رمضان المبارك وكنت أعمل على تحسين صلتي بربي وختمت القرآن الكريم والحمد لله كان لدي احساس عجيب وجميل وروحاني كنت مرتاحاً من نفسي ومن أسلوب الزمالة ضللت ممتنعاً حتى انتهت عقوبتي . بعد مدة دخلت السجن مرتين والحمدلله طلعت بفضل من ربي وبقوة قراري وإيماني في برنامج زمالة المدمنين المجهولين بدون تعاطي اي ماده مغيرة للمزاج . كان قراري واضحاً منذ البداية في اول دخول للسجن ولا اريد الرجوع للقاء وغير مستعد أن اخسر كرسي في الزمالة وان اخسر حياتي ، والحمدلله اليوم أنهيت كل القضايا وقد اكملت سنتين وسبع شهور من غير تعاطي اي ماده مغيره للمزاج وهذا كله بفضل رب العالمين ثم الموجه والزمالة ووجودهم في حياتي .

مفاتيح الحرية



إن التعافي ليست عملية موحدة. فنحن جميعاً لا نمر بمراحل التعافي بنفس الطريقة، ولا نخرج منها جميعاً بنفس التأثير. ولكن هناك بعض المراحل المعروفة التي يجب أن نمر بها. فهناك أجزاء ومراحل، ومنعطقات نلف عندها وسلا لم نصعد عليها. فكل واحد فينا لديه فترات من النمو المكثف، وأوقات يكون فيها التغيير تصرفاً ذكياً. إن تبني أسلوب جديد في الحياة يعني إننا يجب أن نعيش بطريقة جديدة، وإننا قد نتعرض للحيرة والاضطراب أو الضياع حتى لو كنا قد تعافينا منذ سنوات عديدة. إن السماح بمساحة من الحرية لكل منا لكي ينمو ويتطور بخطواته الخاصة أمر صعب، خاصة إذا كنا نهتم بعضنا البعض، ولكن تقبل النفس و احترام الذات هي نتائج السير في عملية التعافي بطريقتنا الخاصة.

من ناحية أخرى الوقت ليس مثل التجربة. فوجودنا هنا منذ مدة طويلة لا يعني بالضرورة إننا نعرف كل شيء نحتاج إلى معرفته فالأمر لا ينتهي من بعض الخطوات التي نعملها عليها في التعافي لتمنحنا الحرية. فحياتنا مازالت زاخرة بالأحداث. نحن نبدأ من مواقع مختلفة، ونتطور بخطى مختلفة أيضاً. الوقت يمثل فرصة للنمو والتطور، ولكن يتعين علينا أيضاً التغلب على التحديات وتقبل فكرة الدروس في التعافي. فتطبيق مبدأ الصدق والتفتح الذهني والاستعداد يعزز قدرتنا في التعلم، والشعور بالامتنان والتواضع. إن الفرق بين التواضع والذل قد يتمثل في مستوى تقبلنا للمعلومات التي نحصل عليها.

فعندما نصغي بتفتح ذهني، يستطيع أي شخص أن يحمل الرسالة لنا.

كتاب العيش مهتناً والرحلة تستمر

مناطق عقد الإجتماعات في مملكة البحرين



تعقد اجتماعات زمالة
المدمنين المجهولين من
خلال مجموعات
مستقلة بذاتها وتوفر
المكان والجو الآمن
للتعافي للمدمن الذي
ما زال يعاني



- العدلية
- أم الحصم
- توبلي
- سار
- البحير

دليل إجتماعات زمالة المدمنين المجهولين

اليوم	المجموعة	الوقت	زوم	الموقع
الاحد	الخطوات	٩:٠٠ - ٨:٠٠	3333777733 Pas: 111 111	توبلي
الاثنين	الأمل	٩:٠٠ - ٨:٠٠		البحير
	النمو للنساء فقط	٩:٠٠ - ٧:٣٠		توبلي
الثلاثاء	التعافي	٩:٠٠ - ٧:٣٠		العدلية
الاربعاء	الرؤية الجديدة	٩:٠٠ - ٨:٠٠		ام الحصم
الخميس	التعافي	٩:٠٠ - ٧:٣٠		العدلية
	الخطوات	٩:٠٠ - ٨:٠٠	3333777733 Pas: 111 111	توبلي
الجمعة	الروحانيات	١١:٠٠ - ١٠:٠٠ صباحاً		توبلي
	الأثنى عشر خطوة	٥:٠٠ - ٤:٠٠		توبلي
السبت	المضي قدماً	١١:٠٠ - ١٠:٠٠ صباحاً		سار
	الرحلة تستمر	٩:١٥ - ٨:٠٠		توبلي

للإستفسار: 17533558

الخطوات الأثنتي عشرة لزمانة المدمنين المجهولين



- ١- اعترفنا أننا بلا قوة تجاه إدماننا، وأن حياتنا أصبحت غير قابلة للإدارة.
- ٢- أصبحنا نؤمن بأن قوة أعظم منا باستطاعتها أن تعيدنا إلى الصواب.
- ٣- اتخذنا قراراً بتوكيل إرادتنا وحياتنا لعناية الله على قدر فهمنا.
- ٤- قمنا بعمل جرد أخلاقي متفحص وبلا خوف لأنفسنا.
- ٥- اعترفنا لله ولأنفسنا ولشخص آخر بطبيعة أخطائنا الحقيقية.
- ٦- كنا مستعدين تماماً لأن يزيل الله كل هذه العيوب الشخصية.
- ٧- سألناه بتواضع أن يخلصنا من نقائصنا الشخصية.
- ٨- قمنا بعمل قائمة بكل الأشخاص الذين آذيناهم، وأصبحت لدينا نية تقديم إصلاحات لهم جميعاً.
- ٩- قدمنا إصلاحات مباشرة لهؤلاء الأشخاص كلما أمكن ذلك، إلا إذا كان ذلك قد يضر بهم أو بالآخرين.
- ١٠- واصلنا عمل الجرد الشخصي لأنفسنا، وعندما أخطأنا اعترفنا بذلك فوراً.
- ١١- سعيينا من خلال الدعاء والتأمل إلى تحسين صلتنا الواعية بالله على قدر فهمنا داعين فقط أن يمنحنا المعرفة لمشيئته لنا والقوة على تنفيذها.
- ١٢- بتحقيق صحة روحية لدينا نتيجة لتطبيق هذه الخطوات، حاولنا حمل هذه الرسالة للمدمنين وممارسة هذه المبادئ في جميع شؤوننا.

التقاليد الأثنى عشر لزمانة المدمنين المجهولين

١. إن مصلحتنا المشتركة يجب أن تأتي في المقدمة؛ والتعافي الشخصي يعتمد على وحدة زمالة المدمنين المجهولين.
٢. لتحقيق هدف مجموعتنا لا توجد سوى سلطة مطلقة واحدة: إله عطوف، علينا أن نسعى ليكون ضمير مجموعتنا موافقاً لمشيئته وما قادتنا إلا خدم مؤمنون وهم لا يحكمون.
٣. مطلب العضوية الوحيد هو الرغبة في الامتناع عن التعاطي.
٤. يجب على كل مجموعة أن تكون مستقلة بذاتها إلا في الأمور التي تؤثر على مجموعات أخرى أو على زمالة المدمنين المجهولين ككل.
٥. كل مجموعة ليس لها سوى هدف أساسي واحد هو حمل الرسالة للمدمن الذي لا يزال يعاني.
٦. لا يجوز أبداً لأي مجموعة من زمالة المدمنين المجهولين أن تؤيد أو تمول أو تعير اسم الزمانة لأي مرفق ذي نشاط مشابه أو مشروع خارجي لكي لا يتسبب المال أو الممتلكات أو الجاه في تحويلنا عن هدفنا الأساسي.
٧. يجب على كل مجموعة من زمالة المدمنين المجهولين أن تعتمد على نفسها بالكامل وأن ترفض المساهمات الخارجية.
٨. زمالة المدمنين المجهولين يجب أن تبقى للأبد غير مهنية ولكن مراكز خدمتنا قد توظف عمالة متخصصة.
٩. زمالة المدمنين المجهولين بهذا المفهوم لا ينبغي أبداً أن تكون منظمة ولكننا قد ننشئ مجالس خدمة أو لجان تكون مسؤولة مباشرة نحو من تخدمهم.
١٠. زمالة المدمنين المجهولين ليس لها أي في القضايا الخارجية؛ لذلك لا ينبغي أبداً الزج باسم الزمانة في أي جدل علني.
١١. إن سياستنا في العلاقات العامة قائمة على الجذب بدلاً من الدعاية؛ فنحتاج دائماً أن نحافظ على المجهولية الشخصية على مستوى الصحافة والإذاعة والأفلام.
١٢. المجهولية هي الأساس الروحي لكل تقاليدنا، فلنتذكر دائماً وأبداً أن نقدم المبادئ على الشخصيات.

المفاهيم الأثنى عشر لزمانة المدمنين المجهولين

- ١- لقد وحدت مجموعات زمانة "م.م" جهودها في سبيل تحقيق الهدف الأساسي للزمانة وذلك من خلال إيجاد هيكل يعمل على تطوير وتنسيق، ورعاية الخدمات، ينوب عن زمانة "م.م" ككل.
- ٢- المسؤولية والسلطة النهائية لخدمات زمانة "م.م" تبقى مع المجموعات.
- ٣- مجموعات زمانة "م.م" تفوض للهيكل الخدمي السلطة اللازمة ليؤدي المسؤوليات الموكلة إليه.
- ٤- القيادة الفعالة لها مواصفات مميزة في زمانة المدمنين المجهولين NA مميزات وصفات القيادة يجب أن تؤخذ في الاعتبار بعناية عند انتقاء خدم مؤتمنين.
- ٥- لكل مسؤولية موكلة للهيكل الخدمي لابد من وجود جهة قرار ومسائلة واحدة، ومحددة بوضوح.
- ٦- ضمير المجموعة هو الوسيلة الروحية التي نستشعر بها وجود إله محب وتأثيره في قراراتنا.
- ٧- جميع أعضاء أي كيان خدمي يتحملون مسؤولية ملموسة عن قرارات هذا الكيان، ويجب أن يسمح لهم أن يشاركوا مشاركة كاملة في عمليات اتخاذ القرار.
- ٨- هيكلنا الخدمي يعتمد على سلامة الخلق أو الاستقامة وفاعلية تواصلنا.
- ٩- كل عناصر هيكلنا الخدمي لديهم مسؤولية أخذ جميع وجهات النظر في الاعتبار بعناية أثناء مراحل اتخاذ القرار.
- ١٠- أي عضو من أعضاء الكيان الخدمي، يمكنه أن يطلب من هذا الكيان رد اعتبار لسوء قد وقع عليه دون خوف من الانتقام.
- ١١- أموال زمانة "م.م" يجب أن تستخدم للتطور نحو هدفنا الأساسي، ويجب أن تدار هذه الأموال بكل مسؤولية.
- ١٢- للإبقاء على الطبيعة الروحانية لزمانة المدمنين المجهولين NA، هيكلنا يجب أن يكون دائماً هيكلًا للخدمة، وليس أبداً "للهمنة".



لجنة خدمات المنطقة لزمالة المدمنين المجهولين - مملكة البحرين

غايتنا من هذه المجلة هو نشر الخبرات والمعلومات لكل شخص يهمة امر زمالة م.م، ورؤية الخدمات التي تقدمها هذه الزمالة لذا نقترح عليك أن تعطي نفسك الفرصة للتأمل والاستمتاع في القراءة

اللجان الفرعية

لجنة العلاقات العامة

+٩٧٣٣٩٦٦٦١٦٧

لجنة المؤسسات والسجون

+٩٧٣٣٦١٠٣١٣٣

لجنة الأدبيات

+٩٧٣٣٣٧٨٩١١٢

لجنة الترجمة

+٩٧٣٣٧٠٢٩٢٢٤

لجنة الأنشطة

+٩٧٣٣٢٢١٤٠١٠

لجنة الدعم

+٩٧٣٣٤٠٩٢٨٤٤

خط المساعدة +٩٧٣١٧٥٣٣٥٥٨

WWW.NABAHRAIN.ORG