

مشاركة لجنة الأدبيات



يجب على كل مجموعة من زمالة المدمنين المجهولين أن تعتمد على
نفسها بالكامل و أن ترفض المساهمات الخارجية
التقليد السابع

لا يوجد أهم من موضوع غرف الأتتماعات داخل الزمالة لأنها تعتبر شريان
حياة الزمالة. و كما تعلمنى في الزمالة بأن حرية الفرد تتحقق عن طريق
الخطوات الأثنى عشر فأن حرية المجموعة تتحقق من خلال التمسك
بتقاليدنا و لذلك تطرقنا الى التقليد السابع في البداية لأهميته كباقي
التقاليد. , و أهمية هذا التقليد سواء فالزمالة أو في التعافي الشخصي فالدعم
الذاتي يعتبر طريقه جديده في حياتنا و تغير كبير على المستوى الشخصي و
المقصود بدعم الذاتي أننا مسؤولون عن أنفسنا لقد كنا بأدماننا نعتد على
ناس و الأماكن و الأشياء. لقد تطلعنا اليهم لدعمنا و تزويدنا بما كنا نفتقده
في أنفسنا.

لا حدد للحرية التي يمكننا اكتسابها بتوفير الدعم الذاتي لنفسي
وسوف أتقبل لمسؤولية الشخصية.

مشاركة أعضاء زمالة الكويت



بدأت مرحلة التعافي بعد فترة مليئة بالتمديات و الصعوبات من مصفات وسجون و لمظات يأس اثرت على استقرارني النفسي و العملي و الاجتماعي . حيث واجهت خلالها العديد من المشاكل التي تطلبت مني قدر كبير من صبر و القوة لم تكن تلك المرحلة قدمت تنازلات كثيرة في البداية معتقدات و مفاهيم و عادات خاطئة و منها تنازت عن المخدر و أهدقاء الطفولة الا انها شككت نقطة تفول مهمة في حياتي دفعتني الى الأستسلام للبرنامج الزمالة و اعادة تقييم ذاتي و اتفاد خطوات جاة نحو التغيير الايجابي و مع بداية التعافي بدأت استعيد تواني تدريجيا متسلما بتطبيق المبادئ في جميع شؤون حياتي و مؤمنا بأن تجاوز الصعوبات هو الأساس لبناء مستقبل أكثر استقرار و نفع . اليوم لدي عمل و اتممل مسؤولية نفسي بشكل كامل و أسعى جاهدا لتأمين تكاليف دراستي الجامعية و تمكنت من استعادة ثقة اهلي . أشعر بأمتنان عميق لله و موجهي و للخطوات التي كانت سببا بعد الله في مساعدي على استعادة نفسي و بناء حياة كريمة من غير مفدرات

يوسف مدمن

.....

أنا مدمن و أسمي يوسف العمدة بفضل الله و الزمالة أكلمت 8 سنوات ممتنع من أي مادة مخيرة للمزاج و طبعا قدرت اني ابطل مفدرات مع الخطوات الأثنى عشر و الموجه و الأعضاء و بذل قصار جهدي و اني عطيت نفسي فرصة و ربي انعم علي بهذه الهبة . لدي امتنان جدا كبير لله و قوتي العظمى و موجهي و أهلي الذين و ثقوا فيني في وقت لم أكن اثق فيه بنفسي لاشيبي

مستفيل دام امانا قدره انت تقدر

أنا لا أستطيع بل نحن نستطيع

مشاركات الأعضاء حول العالم



ماذا تعني الخدمة لي

عندما انضمت لزمانة المدمنين المجهولين لم اكن ابحث عن خدمة بل كنت ابحث البقاء، ممتنعا و البقاء على قيد الحياة. مع مرور الوقت تعلمت أن الخدمة ليس شيئا اضافيا نقوم به بل هي أحد الطرق التي يبقى فيها تعافينا حيا و تعلمت عندما اجلس على الهامش يكون مرضي نشطا و عندما اشارك أبقى على اتصال و مسؤولا.

عندما حضرت مؤتمرنا الاول كنت المرأة الوحيدة و لم أكن سعيدة شعرت بعدم الارتياح و العزلة لاحظ احد الاعضاء ذلك و قال لي بلطف " لماذا لا تذهبين لمساعدة لجنة الخدمة "

أصبح هذا الاقتراح البسيط أول تعريف حقيقي لي بالخدمة

انتقلت من الشعور بأنني غريبة الى بأنني مفيدة و مندمجة من تلك اللحظة لم أتوقف عن الخدمة و أدك الى التزامي بالخدمة الى آخرى حتى اتاحت لي الفرصة للعمل كأول امرأة لمؤتمر حضره أكثر من 1000 عضو، الخدمة لم تساعدني فقط فالبقاء، ممتنعة بل منحني الثقة و الانتماء.

لم تنقذني زمالة المدمنين المجهولين من المخدرات فحسب بل منحني مكانا للنمو. أصبحت الخدمة معلمتي علمتني صبر و المسؤولية و كيقية العمل مع الاخرين حتى عندما لا تتفق لقد أظهر لي أن الوحدة لا تتطلب التماثل و التواضع والاستماع علمتني الخدمة أنني لست بحاجة أن أكون مثاليا لآكون مفيد.

ديفيا ب

زمالة الهند

15/7/2007

أنا ممتنة للغاية لهذه الخدمة و الدروس التي لاتزال الزمانة تعلمني اياها.

As I sat on that fence, I looked down on that beach and realized that this position had brought me to this very spot. I was looking at the last place I was arrested, and the last place I used. I realized that being of service as the AD from Hawai'i, I had been afforded the opportunity to put some closure on that period of my life. I was able to forgive my father for the years of abuse that I experienced in those houses. I was able to forgive my mom for all the broken promises that had come and gone because she was too loaded to do anything but sleep. I was able to make amends to that little boy for the years of torture and hell I'd put him through with my own using. In that moment I was gifted a spiritual awakening that by being of service, I was there, in that small community where so much of my childhood had been taken from me. Through being of service to NA, it was all given back. I was also given one of the most precious gifts that recovery has offered, the knowledge that I am okay, here and now in this moment. I am not my past, nor the things that I've done or that have done to me. I am good.

Donnie 37 years clean
Hawaii

من أدبيات الزمالة

ان تقاليدنا الاثنا عشر تدور حول العلاقات مع أنفسنا و مجوعتنا و كياناتنا الخدمية و قوتنا العظمى. و بينما تتناول ممارستنا في الخدمة فهي توفر لنا أيضا أساسا ليعلمنا كيف نعيش. وهي عملية وروحانية في ان واحد فتقاليدنا تساعدنا على قيادة حياتنا و تذكرنا الى اين نتجه و تنبهنا عندما نحيد عن الطريق. و تذكرنا أيضا أننا مسؤولون عن قيادة سفينتنا. الوحدة و الأستقلال هما ما يرشدنا وليس التطابق و الحكم. نحن نسلم السلطة الى قوة عظمى و نتجتمع معا كأشخاص متساويين. أن هدفنا الأساسي هو حمل الرسالة للمدمن الذي مازال يعاني و اذا أردنا تحقيق ذلك فنحن نحتاج الى ان نتعافى و نحن بحاجة الي أن نجتمع معا في روح من الوحدة لبناء مجموعات و توفير الخدمات التي تجعل التعافي متاحا لنا جميعا. و نحن بحاجة لكل مبدأ لكل مورد و كل عضو.

من كتاب - روح تقاليدنا

في ادماننا النشط كانت قواعد السلوك الأخلاقي تلك متأصلة في نفوسنا، أما في المواقف التي كنا نشعر فيها بعدم الأرتياح أو ان هناك خطب ما. فقد كان ذلك ناجما على الأرجح عن التفريط بقيمنا الأخلاقية أو عدم القدرة على التمسك بهذه القيم. وعندما توصلنا الى ذلك المستوى من الأدرارك تبين لنا كيف أن الخطوات الأثنى عشر تتواءم فيما بينهما في نظام واحد. وبدأنا ندركالطبيعة الحقيقية لأخطائنا. وذلك يعني أكثر من مجرد الأخطاء التي ارتكبتها بل يعني امعان النظر فيما وراء ما تم ارتكابه من اخطاء والبحث في طبيعة تلك الأخطاء .



كتيب رقم 10 - تطبيق الخطوة الرابعة فالبرنامج

مدعافين و متمدعين بالسكينة

احتفالات أعضاء الزمالة



شهر أبريل

أحمد شعلان (سنة)

بدر (سنة و نصف)

سالم (ست شهور)

بلال (سنتين)

عبدالله شاه (10 سنوات)

يوسف (سنة)

محمد (60 يوم)

بدر (سنة و نصف)

شهر مايو

عبدالله بومركي (سنة)

أحمد بوزباد (3 سنوات)

محمد (90 يوم)

سارة 28/4/2023

دلال 1/5/2025

بتول 6/5/2024

أسماء 16/6/2019

روان 27/6/2024

شهر يونيو

محمد البلوشي (8 سنوات)

مسبين (سنة و نصف)

بندر (7 سنوات)



مؤتمرات و تجمعات زمالة المدمنين المجهولين حول العالم



منتدى الأسوي الباسيفيكي

NA MALAYSIA
CONVENTION 2026



CELEBRATING 40 Years of NA IN MALAYSIA/

DATE:
6-7 FEB
2026

VENUE:
KINGSTON HOTEL
(Formerly known as
Grand Pacific Hotel)



تجمع زمالة المدمنين المجهولين
دولة الكويت
الجمعة 2026/2/13

المجموعة Group	اليوم Day	المجموعه The group	النمو Anomaw جديدة الطوفانين	التصايج Atlasamu h المسجد الكبير	الامان Alaman	صدقات Sadagt الشعب مجتمع يورك	نجاح Najah الميدان البرموك	الرسالة Alrosal الشعب مجتمع يورك	الفتايس Alfintas المكتبة العامة سعد الهدا
	السبت Saturday		8:30 - 7pm						
	الاحد Sunday					7:30 - 8pm	7 - 8pm		
	الاثنين Monday		8:30 - 7pm						0 - 7pm
	الثلاثاء Tuesday		8:30 - 7pm	7 - 8pm	متوقفة لإشعار آخر				
	الأربعاء Wednesday		8:30 - 7pm				7 - 6pm	7 - 6pm	8 - 7pm
	الخميس Thursday			7 - 6pm					0 - 5pm
	الجمعة Friday		2:30 - 6pm	7 - 6pm					7 - 8:30pm

المجموعة Group	اليوم Day	السلام Alsalam الخالدية	النجاح Alnajah مركز بيت التمويل	الافتنان Alimintan الشعب مجتمع يورك	المعزة Almojeza الخالدية
	السبت Saturday	7:15 - 6.00pm			
	الاحد Sunday		8:15 - 7pm		
	الاثنين Monday			7:15 - 6pm	7:45 - 6:30pm
	الثلاثاء Tuesday				
	الأربعاء Wednesday		8:15 - 7pm		
	الخميس Thursday				7:45 - 6:30pm
	الجمعة Friday				

اجتماعات
للعنصر
النسائي فقط



**INFORMATION
PAGE**

**صفحة
المعلومات**

البريد الإلكتروني للجنة الأدبيات و الترجمة الكويتية

KLTC@NAKUWAIT.ORG

لأي استفسار يمكنك مراسلتنا على

INFO@NAKUWAIT.ORG

يتوفر هذا العدد الإلكتروني على موقع الزمالة

WWW.NAKUWAIT.ORG

موقع مكتب الخدمة العامة

WWW.NA.ORG



nakuwait_



nakuwait_



Narcotics Anonymous Kuwait

رقم خط المساعدة

94087800