

نشرة زمالة المدمنين المجهولين

NA Kuwait Magazine



2026

هذه النشرة تقدم آراء و
تجارب الأعضاء من الزمالة
المدمنين المجهولين ولا
تنسب الآراء التي تتضمنها
إلى زمالة ككل ونشر أي مادة
لا يعبر عن تأييد الزمالة

مشاركة لجنة الأدبيات

لما يدخل عضو جديد زمالة المدهنين المجهولين، أول شيء يحسه إنه ليس وحيد. كثير ناس يوصلون للزمالة وهم متعبين نفسياً وجسدياً، ويحسون أنهم فشلوا بكل شيء، بس أول اجتماع يحضرونه يكتشفون إن فيه ناس ثانيين عاشوا نفس الظروف وطلعوا منها.

العضو الجديد مهم جداً للزمالة نفسها، مو بس للزمالة اللي تساعد. وجوده يذكر الأعضاء القدامى بالبداية الصعبة، و الخطوة الأولى تحتاج شجاعة. كل عضو جديد يجدد فينا معنى التعافي، ويخلينا نرجع نستحضر إحساس أول يوم جينا فيه. العضو الجديد يمثل استمرارية الزمالة. زمالة المدهنين المجهولين قامت وتستمر لأن كل جيل من الأعضاء ينقل الخبرة والدعم للي بعده. لو ما فيه أعضاء جدد، الزمالة تضعف وتنتهي مع الوقت. فكل عضو جديد يدخل هو فعلياً استمرار لرسالة الزمالة وأملها.

من ناحية ثانية، العضو الجديد يحتاج صبر ودعم بدون أحكام. مو المفروض حد يستعجله أو يحاسبه على انتكاساته، لأن التعافي مسار طويل وكل واحد يمشي بسرعه. الترحيب الصادق والاستماع بدون نصائح جاهزة هو اللي يخلي العضو الجديد يحس بالأمان ويستمر يحضر.

بالنهاية، العضو الجديد مو بس شخص يستفيد من الزمالة، اهو بعد سبب يخلي الزمالة تعيش وتستمر تساعد ناس ثانيين بعده.

مشاركة أعضاء زمالة الكويت

أنا حسين مدمن

الحمد لله و بفضل من ربي و الزمالة اليوم أنا مبطل 7 سنوات اليوم اتامل شلون
سويت هذي المدة و الانجازات التي حققتها كثيره الحمد لله
و لمي ارجع قبل لا ابطل كيف كنت انسان سيئ اناني و كثير المشاكل سواء
نفسيه ولا صحيه ولا قانونية وبعد ما بطلت تعدلت حياتي و اليوم انا مسؤول عن
عائله و تخلصت من جميع المشاكل القانونية واليوم انا انسان فعال فالمجتمع كل
هذا بفضل من ربي و موجهي و زمالة المدمنين المجهولين

من بعد مواصلة العودة بالزمالة حظرت أحد الاجتماعات و كانت الغرفة مهتله و انا
انتظر دوري لدخول الاجتماع مع مجموعة من الأعضاء و كانو يتذمرون على الوضع
و كنت مبتسم و كانو مستغربين من ابتسامتي في هذا الموقف و كنت في لحظة
تأمل ما بين وضعنا في السابق كزمالة ما كان في الا مجموعتين و الحضور قليل جدا
و كنت اشارك موجهي في جزء من أمنياتي متى راح يكون عندنا حضور ؟ و متى
يكون عندنا عدد من المجاميع واختار الوقت و المكان المناسب و متى تكون عندنا
أدبيات باللغة العربية ؟ و متى تكون عندنا لجنة خدمات منطقة ؟ فاليوم نحن اوامر
حظا لأن هذالك كله أصبح جزء من الواقع بفضل من الله ثم الأعضاء بالخدمة ككل و
خاصة في لجنة خدمات المنطقة و اللجان الفرعية
الأمنيات بالأمس اصبحت واقع جميل نعيشه اليوم

مدمن سالم ح

مشاركات حول العالم



i got clean in sydney Australia in 1984 i was 27 years old and fortunately for me narcotics anonymous was well established in sydney with meeting every day and evening our older members had up to 5 years clean time and only attended NA meetings and this meant there was a clear NA message of recovery the people who were my role models or had what i wanted were of service to our fellowship, setting up the chairs opening the meetings making sure there was tea and coffee and milk and biscuits. I joined a home group and i became of service as a group member This recovery thing gets better with age. I am so grateful to all members across the world for keeping the doors open for us all to walk and experience the magic of recovery



اسمي شون و أنا متعافي من اليابان اشارك في خدمة الترجمة منذ 17 عاما متتاليا و هذه هي المرة التي اكتب فيها للنشرة و يشرفني ذلك كثيرا لقد كانت لخدمتي في APF دور كبير في استمراري طوال 18 عاما كما كانت جزءا اساسيا من نموي و تطويري الشخصي خلال رحلة التعافي اذكر اول مشاركة لي قبل 17 عاما في ذلك الوقت كنت أشعر بالحيرة و الضياع بشأن ما أريده لمستقبلي في نهاية المؤتمر قال لي أحد المناديب أتمنى أن أراك في العام القادم يا شون استمر في ما تفعله فنحن بحاجة اليك. كانت تلك اللحظة بداية رحلتي الرائعة في التعافي اليوم لم أعد أشعر بالحيرة و أصبحت أعرف بوضوح ما أريده لمستقبلي و كل ذلك بدأ من خلال تقديم الخدمة في APF شكرا لكم على إتاحة الفرصة لي لمشاركة تجربتي شون ف زمالة المدمنين المجهولين اليابان

من أدبيات الزمالة

الخطوة السادسة

رغم البصيرة التي اكتسبناها في
الخطوة الخامسة و المتعلقة بالطبيعة
الحقيقية لأخطائنا تعتبر قيمة، فما
هي الأ بداية للتغيرات المؤثرة التي
تحدث في حياتنا بينما ننتقل الى
الخطوة السادسة يعتبر اقرارنا
بالطبيعة الحقيقية لأخطائنا و عيوبنا
الشخصية ضروريا اذا ما كنا سنصبح
مستعدين لأن نزال عنا، مهترزين في
أعماقنا بسبب دورنا الذي لعبناه في
الماضي، يمكننا أن نأمل أن تتغير
سلوكيتنا بعمق، بتطبيقنا للخطوة
السادسة



عندما نقر بأخطائنا يأمانه نجد التواضع ينمو الذي اختبرناه في الخطوة الخامسة بينما
نرى انسانيتنا و ندرك أننا أبدا لن نكون كاملين، نتقبل أنفسنا أكثر بقدر ما نستسلم
و تنمو نيتنا في التغير بطريقة جذرية، لقد اختبرنا بالفعل تغيرات ملحوظة في
طبيعتنا العاطفية و الروحانية من خلال جهودنا المتواصلة للعيش وفقا للمبادئ
المتضمنة في الخطوات السابقة، و على الرغم من المجال الروحاني غير المؤلف لنا،
يجب أن نتذكر أننا في الخطوات من الأولى للثالثة قد منحنا الأدوات الأساسية التي
نحتاجها لنشق طريق التعافي



أبراج اليوم فقط



الحمل

انا اقر باننني بلا قوة
تجاه ادمايني واننني
سوف استسلم لكي انتصر



الثور

سوف اسعى جاهدا لكي اكون
جزء من الوحدة وانا اعلم ان
الوحدة لا تعني التطابق



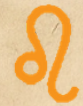
الجوزاء

سوف اتحقق من اي تحفضات
قد تعرض تعافني للخطر وسوف
اشاركها مع مدمن اخر



السرطان

سأكون طالبا في التعافني وسارحب
بالتحديات واثقا في ما تعلمته
وحريصا على مشاركته مع الآخرين



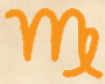
الأسد

سوف احضر اجتماع المدمنين المجهولين
لكي اذكر نفسي بمن انا ومن اين اتيت واين
يمكنني الذهاب فالتعافني



العقرب

سوف ابذل قصاري جهدي من اجل
التعافني اليوم وساحافظ على الالما
في عملية التعافني المستمرة



الميزان

انا مدمن كل يوم لكن اليوم لدي خيار ان
اكون مدمن متعافني وسأخذ هذا
القرار من خلال ممارستي البرنامج



القوس

سوف اسعى جاهدا لكي اكون جزء
من الوحدة وانا اعلم ان
الوحدة لا تعني التطابق



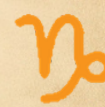
الدلو

سوف احزم امتعتي
وامارس البرنامج واتعلم ان اتعايش مع مشاعري
وامارس البرنامج واتعلم ان اتعايش مع مشاعري



الجدي

سوف اسعى جاهدا لانمت بعقل
متفتح لما يقال فالاجتماع



الحمل

سوف اتقبل مشاعري ايا كانت كما هي وسوف
امارس البرنامج واتعلم ان اتعايش مع مشاعري

مؤتمرات حول العالم



“من المفارقات أن أول ما يلفت انتباهنا في خدمتنا داخل زمالة المدمنين المجاهولين هو التقليد التاسع الذي ينص على أن: «لا ينبغي أن تكون زمالة المدمنين المجاهولين منظمة.»

ومع ذلك، أستطيع القول بكل صراحة إنني لم أشهد في حياتي حدثاً بلغ هذا المستوى من التنظيم والكفاءة كما شهدته خلال أيام مؤتمر الخدمة العالمي السبعة.

ويعود الفضل في هذا النجاح، بالدرجة الأولى، إلى الجهود التحضيرية الهائلة التي بذلها موظفو خدمات NA العالمية (NAWS)، وأعضاء المجلس العالمي، إضافة إلى الميسرين المشاركين، وأعضاء لجنة الموارد البشرية المكوّنة من أربعة أشخاص.

كما قدم فريقاً تقنيّة المعلومات والوسائط السمعية والبصرية أداءً استثنائياً، حيث تولوا إدارة الشاشات العملاقة، والإشراف على نظام التصويت الإلكتروني، وضمان مشاركة الحضور الافتراضيين بسلاسة وكفاءة.

هكّ يمكنكم أن تتخيلوا الشعور الذي يمتلككم وأنتم في قاعة واحدة تجمع ممثلين ومندوبين من مختلف أنحاء العالم؟

لقد تجسّد الطابع العالمي للزمالة بكل وضوح؛ إذ توفرت خدمات الترجمة الفورية لممثلي بعض المناطق، مثل البرازيل، واليابان، والدول الناطقة بالإسبانية، والدول العربية، سواء داخل القاعة أو للمشاركين عبر الإنترنت.



في كل يوم من أيام المؤتمر، كنا نتعرف إلى أشخاص جدد أو نلتقي بوجوه لم يسبق لنا التعرف إليها، ثم نبادر إلى بناء جسور التواصل معهم.

وامتدت الأحاديث والنقاشات الجانبية خلال فترات تناول الوجبات والاستراحات والأنشطة الاجتماعية، تماماً كما يحدث في اجتماعات المدمنين المجاهولين الاعتيادية.

وقد خرج الجميع بصداقات جديدة، ولا سيما مع أعضاء مجموعات العمل الصغيرة التي جرى تشكيلها عشوائياً من المندوبين.

ورغم أن المناقشات داخل هذه المجموعات كانت أحياناً حادة، فإنها ظلت دائماً بناءة، وسادتها روح الوحدة والاحترام المتبادل.

وكان جميع المشاركين فيها مندوبين إقليميين، مما يعني أنني سألتقي بهم مجدداً بعد ثلاث سنوات عندما يعودون بصفتهم مندوبين إقليميين.



العضو مالكم
مندوب زمالة استراليا
سنه تعافي 26

Information page

صفحة المعلومات



nakuwait_



nakuwait_



Narcotics Anonymous Kuwait

جدول الاجتماعات



KLTC@NAKUWAIT.ORG

البريد الإلكتروني للجنة الأدبيات و الترجمة

WWW.NAKUWAIT.ORG

يتوفر هذا العدد الكترونيا على موقع الزمالة

WWW.NA.ORG

موقع الخدمة العالمي



رقم خط المساعدة

94087800