Tamil

A.A.
ஒரு கண்ணோட்டம்

ஆல்கஹாலிக் அனாமினஸ் (AA) என்றால் என்ன?
ஆல்கஹாலிக் அனாமினஸ் என்பது ஒரு தன்னார்வ, உலகலாவிய வாழ்க்கையின் பல தரப்பைச் சார்ந்த ஆண்களும், பெண்களும் குடிக்காத, தெளிவான நிலையை அடைந்து, அவ்வாறு தொடர்ந்து இருப்பதற்காக, ஒன்றிணையும் அமைப்பு ஆகும். இதன் உறுப்பினராக குடிப்பழக்கத்தை நிறுத்தவேண்டும் என்ற எண்ணம் இருந்தாலே போதுமானது. AA-யின் உறுப்பினராக கட்டணம் எதுவும் செலுத்த வேண்டியதில்லை.

தற்போதைய உறுப்பினர்களின் எண்ணிக்கை
134 நாடுகளில் 97.000-க்கும் மேற்பட்ட குழுக்களும் 2,200,000-க்கும் மேற்பட்ட உறுப்பினர்களும் இருப்பதாக மதிப்பிடப்பட்டுள்ளது. கிரேட் பிரிட்டனில், ஒவ்வொரு வாரமும் 3,300-க்கும் மேற்பட்ட குழு சந்திப்புகள் நடைபெறுகிறது.

பிற வெளிப்புற ஏஜென்ஸிகளுடனான தொடர்புகள்
இந்த அமைப்பு குடிப்பழக்கம் தொடர்பான பிரச்சனைகளுக்காக இயங்கும் பிற நிறுவனங்களுடன் ஒரு ஒத்துழைப்பு கொள்கையை பின்பற்றுகிறதே தவிர, அவற்றுடன் இணைந்து செயல்படுவதில்லை. பிற வெளிவிஷயங்கள் குறித்து எங்களுக்கு எவ்வித கருத்தும் இல்லை. அவற்றின் நோக்கங்களை நாங்கள் ஆதரிக்கவோ, எதிர்க்கவோ செய்வதில்லை.

AA-யாருடைய ஆதரவுடன் இயங்குகிறது?
கடந்த பல வருடங்களாக ஆல்கஹாலிக்ஸ் அனானிமஸ் அமைப்பு, ஒரு தனன்னார்வ அமைப்பாக இயங்குவதையே பாரம்பரியமாகக் கொண்டு, அதில் உறுதியுடன் காணப்படுகிறது. உறுப்பினரல்லாத நபர்களிடம் அது எவ்வித உதவியையும், கேட்பதோ, பெறுவதோ இல்லை. அமைப்பிற்குள் எந்த ஒரு தனிப்பட்ட உறுப்பினரிடமிருந்தும், ஒரு வரையறுக்கப்பட்ட, ஒரு குறிப்பிட்ட தொகையே பெறப்படுகிறது.

குடிக்காத தெளிவு நிலையை AA-வின் உறுப்பினர்கள் எவ்வாறு தொடர்ந்து பராமரிக்கிறார்கள்?
AA-முழுமையாக குடிப்பழக்கத்தை நிறுத்துவதற்கான ஒரு அமைப்பு ஆகும். முதலில் உறுப்பினர்கள் எளிதாக ஒரு நாளைக்கு, ஒருமுறை குடிப்பதை நிறுத்தவேண்டும். குடிக்காத தெளிவு நிலையானது, குழு கூட்டங்களில் அனுபவங்களை பகிர்ந்து கொள்வதன் மூலமாகவும், கூட்டங்களில் அளிக்கப்படும் மனவுறுதி மற்றும் நம்பிக்கை மூலமாகவும், குடிப்பழக்கத்திலிருந்து விடுபடுவதற்கான பன்னிரெண்டு படிப்படியான நிலைகள் குறித்து கூறியும், பராமரிக்கப்படுகிறது.

ஆல்கஹாலிக்ஸ் அனானிமஸ் ஏன் 'அனானிமஸ்'-ஆக இயங்குகிறது?
AA-வானது, ஆள் அடையாளம் தெரியாமலிருப்பதை முக்கியமான அடிப்படை நோக்கமாகக் கொண்டு இயங்குகிறது. இந்த அமைப்பானது, தனிப்பட்ட நபர்களைவிட அமைப்பின் கொள்கைகள் மூலமாக இயங்குவதை ஒரு நெறியாகக் கொண்டுள்ளது. குடிப்பழக்கத்திலிருந்து எவ்வாறு விடுபடுவது என்பதற்கான திட்டத்தை தெரிவிப்பதை தவிர, எந்த நபர்கள் இதில் பங்கேற்கிறார்கள் என்பதை அறிந்துகொள்வது எங்கள் நோக்கமல்ல. அனைத்து AA-யின் உறுப்பினர்களுக்கும் பொது தகவல் தொடர்பு சாதனங்களில் அவர்களுடைய அடையாளம் வெளிப்படுத்தப்படாது என்று உறுதியளிக்கப்படுகிறது. குறிப்பாக AA-யில் புதிதாக அங்கத்தினராகும் நபர்களின் அடையாளம், வெளியே தெரியாமல் பார்த்துக் கொள்ளப்படும்.

AA-வின் 'அனைவருக்குமான' கூட்டங்களில் யார் வேண்டுமானாலும் கலந்து கொள்ளலாம்
AA-வின் சிறந்த அனைவருக்குமான கூட்டங்களில் யார் வேண்டுமானாலும் கலந்து கொள்ளலாம். இக்கூட்டங்களில் ஒரு தலைவரின் சிறப்புரையுடன், இரண்டு அல்லது மூன்று பேச்சாளர்கள் தங்கள் கடந்தகால குடிப்பழக்கம் மற்றும் AA-வின் மூலம் அப்பழக்கத்திலிருந்து விடுபட்டது தொடர்பான தங்கள் அனுபவங்களை பகிர்ந்துகொள்வார்கள். சில கூட்டங்கள், குடிப்பழக்கமில்லாத பொதுமக்களுக்கு AA-குறித்த தகவல்களை கூறுவதற்காகவே நடத்தப்படும். இதற்கு மருத்துவர்கள், குருமார்கள், பொது அலுவலர்கள் போன்றோர் அழைக்கப்படுவர். குடிப்பழக்கம் உள்ளவர்களுக்காக மட்டும் நடத்தப்படும் கலந்தாய்வு கூட்டங்களில் பிறர் கலந்து கொள்ள முடியாது.

AA-எவ்வாறு துவக்கப்பட்டது
தீவிரமான குடிகாரர்களாக இருந்த ஒரு நியூயார்க் பங்குச்சந்தை தரகர் மற்றும் ஒரு ஒஹியோ அறுவை சிகிச்சை நிபுணரால் (தற்பொழுது இருவரும் இறந்துவிட்டனர்) 1935-ல் AA துவங்கப்பட்டது. குடிப்பழக்க வியாதியால் பாதிக்கப்பட்ட நபர்களுக்கு உதவி செய்வதற்காகவும், அவர்களை அப்பழக்கத்திலிருந்து விடுவித்து, தெளிவுறு நிலைக்கு கொண்டு செல்லவும் AA நிறுவப்பட்டது. முதலில் ஐக்கிய அமெரிக்க நாடுகளிலும், பிறகு உலகம் முழுவதும் தானாக இயங்கும் குழுக்கள் தோன்ற ஆரம்பித்தவுடன், AA வளர்ச்சியடைய ஆரம்பித்தது.

எந்த காரியங்களில் AA ஈடுபடாது
AA-கீழ்க்கண்ட காரியங்களில் ஈடுபடாது : உறுப்பினர் தொடர்பான ஆவணங்கள் அல்லது கேஸ் தொடர்பான ஆவணங்கள், ஆராய்ச்சியில் ஈடுபடுதல் அல்லது அதற்கு ஆதரவளித்தல், பிற கௌன்சில்கள் அல்லது சமூக நல நிறுவனங்களுடன் இணைப்பை ஏற்படுத்திக் கொள்ளுதல் (இருப்பினும் AA உறுப்பினர்கள், குழுக்கள் மற்றும் சேவை அதிகாரிகள், அவர்களுடைய பணிகளில் ஒத்துழைப்பார்கள்) உறுப்பினர்களை தொடர்ந்து கண்காணித்தல் அல்லது கட்டுப்படுத்துதல், மருத்துவ அல்லது மனநல நோய்களை கணித்தல் அல்லது மருந்துகள் தருதல் அல்லது மனநல ஆலோசனைகள் வழங்குதல் டிரையிங் அவுட் அல்லது நர்சிங் சேவைகள் அளித்தல், உறைவிடம், உணவு, உடை, வேலை மற்றும் பண உதவி அளித்தல் அல்லது பிற நல அல்லது சமூக நல சேவைகள் அளித்தல், வீட்டு அல்லது தொழில்சார் ஆலோசனைகள் வழங்குதல்.

உங்கள் நகரில் உள்ள AA-வை எவ்வாறு அறிந்து கொள்வீர்கள்
ஆல்கஹாலிக்ஸ் அனானிமஸ் முகவரியை தெரிந்துகொள்ள, உங்கள் உள்ளூர் தொலைபேசி டைரக்டரியைப் பார்க்கவும். பல ஊர்களில், உள்ளூர் AA எண் டைரக்டரியின் பயனளிக்கும் எண்கள் பிரிவில் காணப்படும். இந்தத் தொலைபேசி எண்களில் தொடர்பு கொண்டால், அவற்றைக் கையாளும் தன்னார்வலர்கள் மகிழ்ச்சியுடன் உங்கள் கேள்விகளுக்கு பதிலளிப்பார்கள் அல்லது உங்கள் கேள்விகளுக்கு பதிலளிக்கக்கூடிய பிற நபர்களுடன் தொடர்பு ஏற்படுத்தித் தருவார்கள். ஒருவேளை, நீங்கள் வசிக்குமிடத்திற்கு அருகில், உள்ளூர் தொலைபேசி சேவை அலுவலகம் இல்லாமலிருந்தால், தேசிய உதவி எண்ணை தொடர்பு கொள்ளவும்.

அனைத்து உரிமைகளும் வெளியீட்டாளர்களுக்கே, வெளியீட்டாளரின் முன் அனுமதியின்றி இந்த வெளியீட்டின் எந்த ஒரு பகுதியையும் மறுபதிப்பு செய்யவோ, மீளப்பெறும் அமைப்பில் வைத்திருக்கவோ, அல்லது எந்த ஒரு வடிவிலும் அல்லது எதன் மூலமாகவும் இவற்றை வெளிப்படுத்தவோ கூடாது.

இணையதள முகவரி: www.alcoholics-anonymous.org.uk
தேசிய உதவி எண்: 0800 9177 650
A.A. General Service Office,
P.O. Box 1, 10 Toft Green, York Y01 7NJ
Telephone No. (01904) 644026

Tamil 40230118