Gujerati

એ.એ. પર એક દૃષ્ટિપાત

એ.એ. શું છે?

આલ્કોહૉલિક્સ એનોનિમસ આખી દુનિયાની એક સ્વૈચ્છિક બિરાદરી છે. દારૂના વ્યસનમાંથી મુક્તિ મેળવવા અને ફરી વ્યસનના માર્ગે ન ચડવા માગતાં, સમાજના બધા વર્ગોનાં સ્રી-પુરુષો એમાં એકઠાં થાય છે. એના સભ્ય થવા માટે એક જ શરત છેઃ દારૂની લત છોડવાની ઈચ્છા. એ.એ.ના સભ્ય થવા માટે કશી ફી અથવા બીજી કોઈ રકમ આપવી પડતી નથી.

વર્તમાન સભ્યસંખ્યા

એવો અંદાજ છે કે દુનિયાના 134 દેશોમાં 97,000 ગ્રુપો અને 22,00,000 સભ્યો છે. ગ્રેટ બ્રિટનમાં દર અઠવાડિયે 3,300 ગ્રુપ મીટિંગો મળે છે.

બીજી સંસ્થાઓ સાથે સંબંધો

બિરાદરીની નીતિ છે કે દારૂની લતના વળગણની સમસ્યા વિશે કામ કરતી કોઈ પણ સંસ્થા સાથે સહકારથી રહેવું, પરંતુ એમાં જોડાવું નહિ. અમારા સંગઠનની બહારના કોઈ પણ મુદ્દા અંગે અમે કશો અભિપ્રાય બાંધતા નથી; અમે કોઈ પણ ઉદ્દેશના સમર્થક અથવા વિરોધી પણ નથી.

એ.એ.નાં નાણાકીય સાધનો

આલ્કોહૉલિક્સ એનોનિમસે આટલાં વર્ષોમાં એક પરંપરાની ઘોષણા કરી છે અને એને સુદૃઢ બનાવી છે - સંપૂર્ણ સ્વાવલંબી રહેવું; સંગઠનના સભ્ય ન હોય તેમની પાસેથી કશો ફાળો લેવો નહિ કે માંગવો નહિ. બિરાદરીની અંદર, વ્યક્તિગત સભ્ય જે કંઈ આપે તે મર્યાદિત રકમ હોય છે.

એ.એ.ના સભ્યો શી રીતે વ્યસનથી મુક્ત રહે છે?

દારૂને હાથ પણ ન લગાડવો, એ કાર્યક્રમ એટલે આલ્કોહૉલિક્સ એનોનિમસ. બસ, એના સભ્યો કોઈ એક સમયે દિવસનો એક જામ લેવાનું પણ ટાળે છે. ગ્રુપ મીટિંગોમાં એકબીજાના અનુભવોની આપ-લે, એકબીજાની હિંમત અને આશાનાં ભરોસે અને દારૂની લતની મજબૂત પકડમાંથી છૂટવા માટે સૂચવેલાં બાર સોપાનો (Twelve Steps) દ્વારા સભ્યો વ્યસનમાંથી પોતાના છુટકારો ટકાવી રાખે છે.

આલ્કોહૉલિક્સ એનોનિમસ શા માટે‘એનોનિમસ’ છે

એનોનિમિટી (એટલે કે અનામીપણું) એ.એ. નો આધ્યાત્મિક પાયો છે. એને કારણે આ બિરાદરીમાં વ્યક્તિગત પ્રતિભાઓને બદલે સિદ્ધાંતોના આધારે પોતાનો કાર્યકલાપ કરવાની શિસ્ત આવે છે. અમે વ્યસનમુક્તિનો અમારો કાર્યક્રમ જાહેર કરવાની કોશિશ કરીએ છીએ; કાર્યક્રમમાં ભાગ લેનારી વ્યક્તિઓ કોણ છે તે જાહેર કરતા નથી. સાર્વજનિક માધ્યમમાં નામ બહાર ન આવે એવી નીતિથી એ.એ.ના સભ્યોને, અને ખાસ કરીને નવાગંતુકોને ખાતરી મળે છે કે એમનાં નામ જાહેર કરાશે નહિ.

એ.એ.ની 'ખુલ્લી' બેઠકોમાં સૌ કોઈ ભાગ લઈ શકે છે

એ.એ.ની ખુલ્લી બેઠકોમાં સૌ કોઈ જોડાઈ શકે છે આ મીટિંગોમાં કોઈ નેતા બોલે છે અને બીજા બે કે ત્રણ વક્તાઓ હોય છે, જેઓ પોતાની પહેલાંની બીમારીની સ્થિતિ વિશે અને એ.એ.માં જોડાયા પછી શી રીતે વ્યસન છોડયું તેની વાત કરે છેં કેટલીક મીટિંગો ખાસ કરીને દારૂના વ્યસનમાં ન સપડાયેલા લોકોને એ.એ. વિશે માહિતી આપવા માટે યોજાય છે. બંધબારણે મળતી બેઠકોમાં માત્ર દારૂના વ્યસનીઓ જ ભાગ લઈ શકે છે.

એ.એ.ની. શરૂઆત

ન્યૂ યૉર્કના એક શેરદલાલ અને ઓહાયોના સર્જને (બન્ને હવે મૃત્યુ પામ્યા છે) ૧૯૩૫ માં એ.એ.ની શરૂઆત કરી. એમણે આલ્કોહૉલિઝ્મ (નશાની આદત)ની બીમારીમાં સપડાયેલા લોકોને મદદ કરવા અને જાતે એ વ્યસનથી મુક્ત રહેવા એ.એ.ની સ્થાપના કરી. તેપછી, શરૂઆતમાં અમેરિકામાં અને એના પગલે પગલે આખી દુનિયામાં સ્વાયત્ત જૂથો બન્યાં અને આમ એ.એ.નો વિસ્તાર થયો.

એ.એ.શું નથી કરતી

એ.એ. એના સભ્યોની નામાવલી રાખતું નથી, તેમ જ કેસોને લગતા દસ્તાવેજો રાખતું નથી. એ કોઈ સંશોધન કરતું નથી કે કરાવતું નથી અથવા સામાજિક એજન્સીઓની કાઉંસિલોમાં જોડાતું નથી. (જો કે એ.એ.ના સભ્યો, ગ્રુપો અને સેવા અધિકારીઓ એમની સાથે ઘણી વાર સહકાર સાધે છે). એ.એ. એના સભ્યોની પ્રવૃત્તિઓ પર ધ્યાન કે નિયંત્રણ નથી રાખતું, તબીબી અથવા મનોવૈજ્ઞાનિક રીતે બનનારી ઘટનાઓની ભવિષ્યવાણી કરતું નથી કે દવાઓ અથવા મનોવૈજ્ઞાનિક સલાહો આપતું નથી, સેનેટોરિયમોમાં દારૂ છોડાવવાની કે માવજતની સેવા આપતું નથી. એ.એ. તરફથી ધાર્મિક સેવાઓ પણ મળતી નથી, તેમ જ રહેઠાણ, ખોરાક, કપડાં, નોકરી કે પૈસા અથવા બીજી કોઈ કલ્યાણલક્ષી કે સામાજિક સેવા પણ અપાતી નથી. એ.એ. બિરાદરી ઘરે અથવા વ્યવસાયના સ્થળે પણ સલાહ આપતી નથી.

તમારા શહેરમાં એ.એ.ને શી રીતે શોધશો

તમારી સ્થાનિક એનોનિમસનો નંબર શોધો. ઘણાં સ્થળોએ ડિરેકટરીના 'ઉપયોગી ટેલીફોન નંબરો' ના વિભાગમાં એ.એ.ના કોઈ નિયુક્ત સભ્યનો પણ સમાવેશ હશે. આ ટેલીફોન નંબરો પર તમને સ્વયં સેવકો મળશે. તમારા પ્રશ્નોના તેઓ ખુશીથી જવાબ આપશે અને/અથવા જવાબ આપી શકે તેવી વ્યક્તિ સાથે તમારો સંપર્ક કરાવી આપશે. તમારી નજીક સ્થાનિક ટેલીફોન સેવા ન હોય તો નેશનલ હેલ્પલાઈન નંબર પર સંપર્ક કરવા

બધા અધિકારો સુરક્ષિત પ્રકાશકની અગાઉથી પરવાનગી વિના આ પ્રકાશનનો કોઈ પણ ભાગ પુનઃ પ્રકાશિત ન કરવો, ફરીથી ખોલીને ઉપયોગમાં લઈ શકાય તેવી કોઈ સિસ્ટમમાં સ્ટોર ન કરવો અથવા કોઈ પણ સાધન મારફતે કોઈ પણ સ્વરૂપમાં એ બીજા સુધી ન પહોંચાડવો.

વિનંતી છે.

વેબસાઈટ : www.alcoholics-anonymous.org.uk
નેશનલ હેલ્પલાઈન નમ્બર : 0800 917 7650
A.A. General Service Office,
P.O. Box 1, 10 Toft Green, York Y01 7NJ
Telephone No. (01904) 644026

Gujerati 40220319