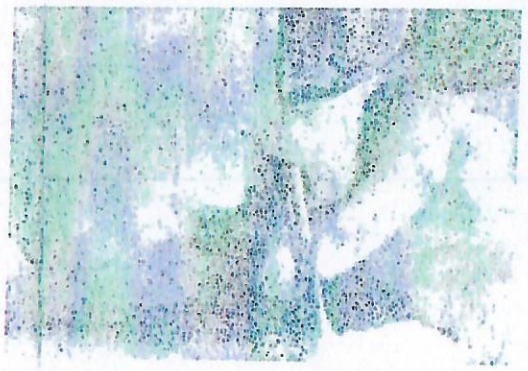
المدمن المجهول !

... مدمنين يتحولون بإرادتهم إلى جنود يكافحون ضد آفة المخدرات

جمعية بدأت منذ ٣ سنوات وأعضاؤها يقاومون بأسماء مستعارة حفاظاً على أسرهم

حله ينبغي ان نطلق عليها اسم : جمعية
جندي» المجهول .. فهذا المدمن الذي دخلها
لا معه خطايا مجتمعنا، بل اخطر امراض
تمعنا على روح الانسان وعقله وجسده. هذا
من يتحول برغبته وإرادته الى جندي يكافح
نفسه اولا .. القضاء على ضعفها وخنوعها..
ينذر نفسه لمساعدة سائر المدمنين على الاقلاع
المخدرات وسلوك الطريق السوي ..

هذا هو «محمد» بطل هذه الحكاية .. نقدمه مثلا حيا
قدرات الانسان وامكانياته عندما يعقد العزم .. ودعوة
سائر المعنيين المتعاملين مع الادمان والمدمنين
عاملوا مع ضحايا الادمان باعتبارهم مرضى يمكن
شفاؤهم .. بل ينبغي شفاؤهم ليعودوا (صحاء الى
تمعنا .. من اجل مصلحتهم ومصلحة مجتمعنا ككل .



مشرف السنين في الولايات المتحدة
الامريكية عندما اكتشف مؤسس الجمعية
ان المسكنات والمنشطات انما تشفيه
لفترة محدودة وبما ان يقلع للصحة حتى
يعود الى الادمان على الكحول من جديد..
هكذا كانت الفترة البعد الالم للحالات ثم
يعود وقد يكون في شكل اقوى . لذلك فقد
وجد ان الصديق مع صديقه المدمن ويمثل
مستمر عن مرضها وعن كيفية الشفاء منه
يمنحهما قوة المقاومة كل مغريات العودة !!

وما ابلت هذه الجمعية أن انتشرت في
جميع ولايات امريكا وفي العالم اجمع..

والجديد في جمعية البحرين هو انضمام
بعض مدمني المخدرات لها واكتشافهم
بانها قد تكون مفيدة جدا لهذا النوع من
المرض الذي اكتسح البحرين بل الخليج
كالوباء وراح يسرق اجسادا في عصر
الزمور.

كيف يدور اجتماع «المدمن المجهول»

ما ان يبدأ اجتماع المدمن المجهول حتى
يقوم كل فرد بالحديث عن الوقت الذي مضى
بين الاجتماع الاخير حتى هذا الاجتماع..
قد تكون العملية غاية في الصعوبة لانها
تعني النزول الى الاعماق
الانسان الذي يتحدث عن كل ما يراه داخله
السيء منه والحسن .. الانسان
بالضعف او مقاومة رغبة ما .. وما ان
ينتهي المتحدث من حديثه حتى يبدأ
الآخرون في مناقشته فيه ومن خلال
تجاربهم الشخصية .

هنا يبتعد الخجل والخوف للأحساس
العميق بأن الآخرين سيتفهمون وأنهم
يرغبون في المساعدة وأنهم لن يكونوا قساة
كالمجتمع الذي يحارب المدمن بدلا من
مساعدته رغم معرفتهم ان الانسان كعرض
السرطان والمحيط قد يقتل اذا وقد لا
يقتله.. وكلما عند المريض العزم على الشفاء
وبشكل مبكر كلما كانت فرص معينته،
استولت اطول وبشكل افضل كبير. وكلما
اهمل كلما اقترب شيئا فشيئا من القبر.
الا ان المجتمع يظل يكثر من الشفقة
للمصاب بالسرطان بينما يحتقر المدمن .

قصة تجربة مدمن

محمد هو احد البحرينيين الاعضاء
بجمعية المدمن المجهول.. شاب في اوائل
العشرينات مملوء بالحيوية والرغبة لمعالجة
نفسه.. عندما يتحدث عن تجربته - يحس
بشيء من الاسى ولكنه ايضا رغم كل ما في
الحديث عن الماضي من الم يصر على شرح
كل الملابسات والظروف حتى يفهم الآخرين
لازالوا يعانون اليوم في شتى او لزوجة
صيغة يستطيعون بالتدريج ان يعودوا الى
احضان حياة ملؤها الحيوية والعمل
والذي قد يتناسى يوم اما في القبر او في احد
سجون الخليج او الهند او جنوب شرق
اسيا ..

قصة محمد مع الادمان قد تكون رواية
منكررة لعشرات الضحايا العديد من الشباب
ترعرعوا - لا كما يعتقد البعض - في وسط
عائلات مستقرة نسبيا واذا مكانتها في وسط
مجتمعها الصغير. الا انه وفي لحظة لم
يدر في باله او لطيب سببها بعد..
يحاول احدهم تعاطي المخدرات.. وهكذا
بدأت تجربة محمد.

بداية الطريق.. خطوة أولى

والبداية كانت عندما كنت اجلس مع
مجموعة من الاصدقاء في شقة صديق لنا
وكانوا جميعا يتعاطون قبدات
بالحشيش ..

ثم كان التدرج من الحشيش الى حبوب
مانوكس الى الأفيون الى البيرون ..

وهكذا ..

يقول محمد «انا اللام الوحيد على
اتجاهي هذا فشقيقاني لم يجربوني ،
كذلك فأبوي الاسرة لم تكن سيئة ..»

ويتوقف ليتذكر جيدا الذي دخلني
المخدرات وهو في سن التاسعة عشرة..
السن الحرجة كما يسميها البعض والتي
يحاول فيها الكثير من المراهقة ان يثبت
لنفسه كل حسب طريقته.. وهكذا وجد
محمد ان طريقة اثبات نفسه وقدرته امام
اصدقائه هو في تعاطي الحشيشة .

وكانت اعتقد بانني لن اصل الى درجة
الادمان.. وانني قادر على التوقف في اية
لحظة... هكذا اعتقد محمد وهكذا كانت
بداية الكثيرين ..

ويكمل محمد قوله من اللحظة.. انه في
البداية لم يكن يستهويني اية من الاشياء التي
كان يتعاطاها بل كانت غايته كوعاية ..

من الحشيشة الى المورفين

وذات مرة صديق لي على المورفين بل
وسط الصالة لي .. وشجعني بانني ان
ادمن منه العشرات لانني اختلف عن
الآخرين وهكذا يعتقد الكثير من المدمنين
ان لم يكن جميعهم.

الادمان.. البعض يقول بانه هروب
من الواقع او هو عدم الثقة البعض على
مجابهة والقع فاني كواقع عالمنا اليوم..
وقد يكون الادمان قبل انجرافه في بحر
الادمان انسانا مختلما ومحبا ولكنه
بمجرد تعاطيه للمواد المخدرة سيتحول
حتما الى شخص آخر.. انسان انانى
وغير قادر على العطاء ويملك الاستعداد
للتضحية بكل شيء في سبيل جرعة من
المواد المخدرة ..

□□□

وقصة محمد مع الادمان لم تقف بعد
فهو يقول ليقول بانه وفي كثير من
الاحيان كان يتصرف وكأنه بطل لفيلم
فهو الآخر دوما ذلك يحاول ويقضي
الطرق إثبات ذلك للآخرين وخاصة
للمقربين منه أي لاصدقائه الذين
يمضون نفس التجربة.. تجربة
الادمان. فمن كل مرة يخيل الى مرحلة
اخر تطورا في مشوار الادمان الطويل
المتعب اعلنت لكثر فاكثر بانه بطل
الفيلم حقا !!

محاولات أولى فاشلة

ويبقى النصف الآخر من حياة محمد
بعيدا عن الاضواء.. حياته الحالكة
التي بدات هي الاخرى تضعف شيئا
فشيئا منذ ان انكشفت والمته كمية من
المخدرات بفرشه.. فاصيبت بالذعر
وبعد المرة وجيزة اخذته الى الحمرة..
وعادوا منها.. بالطبع خلال هذه الفترة
لم يتعاطا المخدرات.. ولكن بمجرد
عودته عاد الى نفس الصراع.. ثم عاد
الأهل للاصرار على دخوله المستشفى
عندما فشل علاجه عبر اخذه للحمرة.
ودخل مستشفى السلمانية لمدة شهر عاد
بعدها لنفس الوتيرة ..

كنت كلما ازعل مع احد من افراد
اسرتي اتخذ من هذا الزعل ذريعة
للعودة الى الادمان !.

وفجأة استفاق محمد.. ليجد الجهود
قد تراكمت عليه حيث تطورت مرحلة
الادمان وزاد عدد الابر التي تخترق
جسده الضعيف بشكل يومي.. وصار
تجار المخدرات يخلونه مع كل إبرة او
جرعة او جرام .

.. وكان القرار الحاسم

وكان القرار ان يتوقف عن المخدرات
والى الأبد وعندما وجدت الرغبة والارادة
استطاع محمد تحمل الخمسة ايام الأولى
والتي فقماها في حالة من الغثيان والرجفة
وارتفاع حرارته وانخفاضها بشكل مستمر
والالام الحادة في جميع اجزاء جسده ..

وحصل تجربته مع جمعية المدمن
المجهول يقول محمد ان المسؤول عن مقابلة
علاجه في المصحة نصحه بالانضمام لهذه
الجمعية.. وما ان عاد الى البحرين حتى
انضم لها ..

وهنا ايضا يتوقف الأ
الايدي تساعد نفسها على
تعاطي مخدرات .. وما ا
الجمعية يؤمنون دائم
يوم .. فقط .

الادمان .. فاسد الحلة
عندما أعلن لاصدقاء
المدمنين ..

مضبوه !!

ولكن في المقابل هناك اخرون يحاولون
مساعدتي وتشجيعي على المضي في طريقي
هذا وهي الاقلاع .

وهنا يتوقف محمد ليقول تجربتي
ليست بالشيء المهم.. ولكن المهم ان احاول
الوصول لاكبر عدد من المدمنين حتى

مجلة صوت الأسبوع
الثلاثاء ٢٣ يوليو ١٩٨٤

باب — عبدالمطلب الصيرفي

البحرين

(عبدالصاحب العلوي) مسئول الاندية والجمعيات بوزارة العمل

جمعية المدمن المجهول

بانتظار الترخيص !!

خليل يوسف

هذه الجمعية قد تكون مثيرة للجدل.. فالغموض يكتنفها.. ان لم نقل الشك..

بعبارة اكثر وضوحا نقول ودون تردد بأن هذه الجمعية واحدة من الجمعيات التى ليست فوق مستوى الشبهات ..!

نقول ذلك ليس من منطلق ان غالبية اعضاء الجمعية من الاجانب من ذوى العيون الزرقاء والبشرة الحمراء خصوصا !!

وليس لان اجتماعات الجمعية تعقد في مكان ما بالمستشفى الامريكي..

وليس لان اعضاء الجمعية يمارسون طقوسا غريبة في اجتماعاتهم..

وليس لان الجمعية لا يعرف عنها الا القليل ولا اى شيء من هذا القبيل..

ولكننا نقول ذلك بسبب ان الجمعية لم تحصل رسميا على ترخيص رسمي بقيامها ..!

هذا اولا..

وثانيا أن اعضاء الجمعية لا يعرفون الأسماء الحقيقية لبعضهم البعض ..لا تهم الاسماء.. لا تهم العناوين.. ليس بيننا زعماء.. لا نطالب برسوم او مستحقات.. ولا بتوقيع او ضمانات.. هذا التأكيد جاء على لسان عضو بالجمعية.

ثالثا.. ان الجمعية لا تضم في عضويتها الا المدمنين من الجنسين ممن اصبحت المخدرات تشكل بالنسبة لهم أكبر المشكلات ..!

كل هذه وغيرها أمور تجعلنا نثير التحفظات على الجمعية التى تحمل اسم «جمعية المدمن المجهول».. فدعونا نحاول استجلاء الحقيقة .. وهذه المحاولة بدأت عندما عقدنا العزم على حضور اجتماع من اجتماعات الجمعية.. وحضرنا..

لم يقل لنا أحد من المجتمعين شيئا على الاطلاق.. سوى كلمة قالها احدهم عندما رأى الكاميرا التى احملها.. رجاء ممنوع التصوير.. عدا هذا لم يقل لنا أحد شيئا الا ان نظرات الاستغراب ولا اقول الريبة كانت تبدو واضحة على وجوه الحاضرين.. بعد دقائق يقف الجميع.. تتماسك ايديهم في شكل دائرى ويتلون دعاء..

«يارب امنحنى الصفاء والهدوء والسكون لاتقبل الاشياء التى استطيع ان اغيرها،

«يارب.. اعطنى الشجاعة والجرأة لاغير الاشياء التى

مزادات علنية

○○ محكمة التنفيذ أعلنت عن وضعها في المزاد العلني الاغراض الخاصة بالمحكوم عليهم محمد ناصر ومحمد زاهير ومحمد أنور أولاد شريف .. وعنوانهم محمد شريف وأولاده شارع المتنبي ، غربي متجر الشيخ .. وذلك يوم السبت ١٩٨٥/٨/٣ ، والأغراض هي :

- مجموعة عطور متنوعة .
- مجموعة أدوات تجميل .
- مجموعة شامبو متنوع .
- مكيف هواء توشيبا .
- خزانة مع آلة حاسبة .
- دولاب (كتب) زجاجي كبير .
- دولاب (كتب) زجاجي صغير .

فعلى من لديه الرغبة في الشراء مراجعة الدلال ابراهيم العريفي أو مكتب التنفيذ بادارة المحاكم في أوقات الدوام الرسمي ..

للبيع .. قطعة أرض

أعلنت محكمة التنفيذ عن وضعها في المزاد العلني قطعة الأرض الكائنة بالرفاع الغربي الخاصة بالمحكوم عليه « عبد الكريم محمد رضا الديلمي » .. وقد حددت المحكمة جلسة الخميس ١٩٨٥/٨/١٥ للمزايدة الأخيرة أمام المحكمة .

فعلى من لديه رغبة في الشراء مراجعة الدلال ابراهيم العريفي أو مكتب التنفيذ بادارة المحاكم في أوقات الدوام الرسمي .

استطيع ان اغيرها».

«يارب.. انعم علي بسداد العقل لافرق بين الصالح والباطل».

ينتهي الدعاء.. بتقدم احد الاشخاص ويتحدث عن تجربته مع المخدرات.. متى وكيف تعامل مع المخدرات ومشاكله مع الادمان..

يقول الرجل ايضا بأنه فعل اسوأ الاشياء في حياته كي يحصل على مبتغاه.. كذب.. سرق.. احتال.. وفعل اشياء لا تخطر على بال !!

انتهت حكاية الرجل.. وبدأت حكاية رجل آخر.. وخرجنا من القاعة للبحث عن مسئول في الجمعية.. وفوجئنا بالرد.. ليس هناك مسئول.. ليس بيننا زعماء ولا نطالب بأية رسوم او مستحقات ولا نفرض توقيع ولا نعطي ضمانات لاي كان !!

لم نيأس.. سألنا عمن يمكن ان يجيب على مجموعة الاسئلة والملاحظات المتلاحقة في أذهاننا ويبدو اننا وجدنا ضالتنا في شاب بحريني كان العربي الوحيد بين الحاضرين.

قال : اول ما ينبغي ان نؤكد عليه ان الجمعية ليس لها ارتباطات بأية مجموعة سياسية او دينية او قانونية، كما أننا لا نخضع لمراقبة، وبرامج الجمعية مفتوحة امام الجميع بغض النظر عن العمر أو السلالة أو اللون او العقيدة او الديانة.. الشرط الوحيد للالتحاق بالجمعية ان تكون مدمنا وان تكون لديك الرغبة الصادقة في التخلص من الادمان.

الرجل يوضح : ان الجمعية تشكل جماعة من الاعضاء من الجنسين ممن اصبحت المخدرات هما كبيرا ينبغي التخلص منه.. وهناك من تغلب على الادمان.. ونحن نجتمع بانتظام لنتعاون سويا في البقاء بعيدين عن المخدرات.

رفي الجمعية لا يهم ماذا كنت تتعاطي او الكمية التي تتعاطاها، أو ما هي اتصالاتك السابقة، الا ان ما يعنى الجميع هو ماذا تنوى ان تفعل بخصوص مشكلتك وكيف يمكننا ان نساعدك في ذلك.. فنجتمع سويا بانتظام ونتجاوب مع المشاركة الصادقة، ونستمع الى قصص الاعضاء لنستخلص منها الوسيلة للخلاص من الادمان كما أننا على يقين بأننا سنحظى في النهاية بالامل المرجو.

الرجل يوضح : في لقاءاتنا نجتمع مع مدمنين مثلنا ممن تخلصوا من المخدرات، نراقبهم ونستمع اليهم ونتلمس طريقهم الذي وجدوه للعيش والاستمتاع بالحياة بدون مخدرات.. أننا لسنا مرغمين للبقاء على افكارنا القديمة، بل يمكننا مناقشتها ونتأكد من ان طريق التغيير أمر وارد.. اننا رجال ونساء ممن اكتشفنا واعترفنا بضعفنا أمام ادماننا، ونعلم بأننا عندما نستعمل فاننا نخسر كل شيء.. فبعد ان تأكد لنا بأننا لا نستطيع العيش دون المخدر سارعنا لطلب العون من الجمعية بدلا من ان نزيد من فترة عذابنا، وبرامج الجمعية كانت كالمعجزة في حياتنا.. فقد اصبحنا اشخاصا مختلفين لان الخطوات التي اتبعناها والامتناع الكلي عن التعاطي اثناء الاجتماعات قد حررنا نسبيا من الشعور بالحكم المؤبد الذي كنا نعاني منه يوميا، وذلك أكد لنا اننا قادرون على ان نكون احرارا وانه باستطاعتنا العيش بدون المخدرات ..!!

أننا نسعى - يقول الرجل - لان يكون المكان الذي نحاول ان نتخلص فيه من الادمان آمنا.. وغير خاضع لاية تأثيرات خارجية، لذلك فاننا نصر على ان لا يتم احضار أية مخدرات أو أية أدوات تتعلق بها الى الاجتماعات.. والا فاننا لن نحقق اهدافنا من تلك الاجتماعات التي

تم الاعلان عن وضع بعض الاغراض في مزاد علني .. والاغراض تخص المحكوم عليه جعفر محمد رسول القائد وعنوانه مدينة عيسى ، منزل رقم ٧٩٢ ، طريق ١٤١٤ ، مجمع ٨١٤ .. وذلك يوم الاثنين ١٩٨٥/٨/١٢ .

والاغراض هي :

- ثلاجة كبيرة .
- غسالة سانيو .
- فرن غاز .
- مكيف هواء ناشيونال .
- طقم ست جلوس .
- طاولة أكل مع كرسين .

فعلى من يرغب في الشراء عليه مراجعة الدلال ابراهيم العريفي أو مكتب التنفيذ بادارة المحاكم في أوقات الدوام الرسمي .

هي في واقع الامر عملية تعريف ومشاركة واعطاء أمل وتنفيس وذلك هو بداية العلاج السليم !!

والزائر الجديد عادة ما يكون محور اهتمام الجميع في أي اجتماع، لأننا لا يمكننا ان نحافظ على ما لدينا الا اذا قدمناه للاخرين، ولقد تعلمنا من اجتماعاتنا ان اولئك الذين يستمرون على حضور الاجتماعات يبقون بعيدين عن المخدرات، ولا تنسوا ان هناك خبرة طويلة لدى بعض الاعضاء عن جميع مراحل الادمان، ومراحل التخلص منه يفوق كل خبرة علاجية تقليدية ونحن نعبر عن انفسنا بحرية تامة ضمن المجموعة.. لانه ليس هناك اي تأثير من قبل اي جهة واجتماعاتنا يعمها جو من التعاطف.

وكل ما نحتاج اليه هو مدمنين مهتمين ومتعاونين لديهم الرغبة الصادقة في التخلص من الادمان لكي يكون هناك اجتماع..

هذه هي جمعية المدمن المجهول.. فماذا يقول المسئولون عن الاندية والجمعيات..

مسئول الاندية والجمعيات بوزارة العمل والشئون الاجتماعية قال بانهم لا يملكون سجلا باسم الجمعية المذكورة وبالتالي فان الجمعية غير مرخصة من قبلهم !!

الاندية والجمعيات الاجنبية في البحرين قد بلغ ٣٦ ناديا في حين ان عدد الجمعيات بلغ ٤٧ جمعية، الا انه يؤكد بأن الرقابة على تلك المؤسسات قائمة ومستمرة، وان تلك المؤسسات لا يمكن ان تقوم باي نشاط دون موافقة مسبقة من وزارة العمل والشئون الاجتماعية باعتبارها الجهة الرسمية المسئولة عن قطاع الاندية والجمعيات الاجنبية !!.

ما رأيكم في قيام جمعية المدمن المجهول ؟

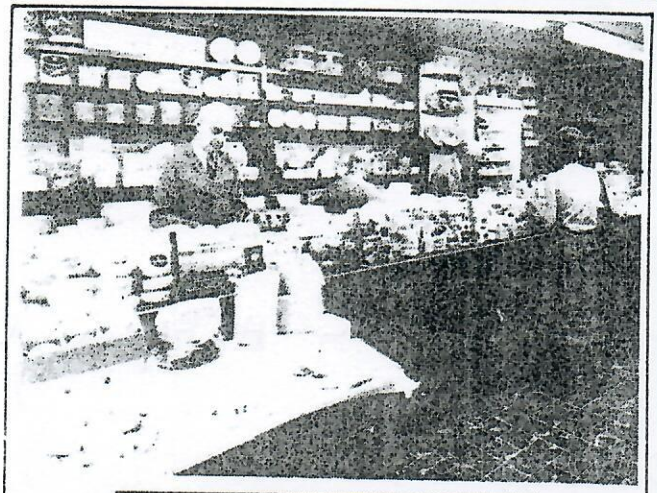
يقول العلوي : سنتحرى في الأمر ومن حقيقة واهداف تلك الجمعية.

***

***

وحتى تتحرى وزارة العمل والشئون الاجتماعية من حقيقة واهداف تلك الجمعية فان مجموعة التساؤلات والملاحظات والتحفظات لازالت قائمة برغم تلك الاهداف النبيلة التي تطرحها جمعية المدمن المجهول، نقول ذلك لاننا نعلم بأن هناك من يتستر وراء اهداف نبيلة لتحقيق اهداف مشبوهة.

وهذا لا يعني اتهاما للجمعية المذكورة.. ولكننا نطالب التأكد من حقيقة وأهداف جميع الاندية والجمعيات الاجنبية التي يتزايد عددها مع مرور الوقت.. فهل



١٥٠ نوعا من الاجبان !!

عرفت بريطانيا الاجبان منذ اكثر من ٢٠٠٠ سنة الا ان الانتاج التجاري لم يتحقق الا في اواخر القرن الثامن عشر . وقليل من الناس يعرفون ان في بريطانيا حاليا ١٥٠ نوعا مختلف من الاجبان بعضها يعود الى الماضي السحيق والبعض الاخر حديث العهد . ومن الجدير ذكره هنا ان بعض المقاطعات تشتهر بل تحتكر اسرار صناعة بعض الاجبان وان العائلات ايضا ترث اسرار هذه الصناعة ابا عن جد .

وتأتي في رأس قائمة الاجبان الشهيرة الشدرو الستيلتون وشيشاير فيما تأتي اصناف ليسستر ولانكاشير ودوبل غلوستر ودربي في المرتبة الثانية . وتعتبر اجبان شدر الاكثر شهرة في بريطانيا اذ انها تشكل ٧٠ بالمئة من استهلاك الاجبان في البلاد . ويقال ان اول صنف من الشدر صنع في مقاطعة سمرست في القرن السادس عشر متخذة اسمها من غور صخري طبيعي في تلك المنطقة مع العلم ان هناك اصناف مختلفة من الشدر من حيث النكهة والتخمر والتخزين لبعض الانواع التي تبقى في الاقبية لمدة عامين كاملين قبل طرحها في السوق في حين ان غالبية الاصناف تباع بعد ٦ اشهر من التخزين .

الدرجة الثانية من حيث الاستهلاك ولكنه يتبوأ عرش الاجبان وكان فيما مضى يباع في مخزن على الطريق التي تربط لندن بالعاصمة الاسكتلندية ادنبرة . وتحتكر مقاطعة الميد لندز انتاج اجبان الستلتون التي تحتفظ باسرار صناعته منذ اوائل القرن الثامن عشر . وكما هي الحال بالنسبة للشدر . فان للستلتون عدة انواع منها الذي فيه عروق خضراء والابيض .

وهناك نوعان فقط من اجبان الشيشر هي الجبنة الطبيعية والحمراء التي تلفت النظر بلونها الزاهي وتمتاز اجبان الشيشاير بكونها اقدم ما انتج في بريطانيا اذ يعود تاريخها المعروف الى ٢٠٠٠ عام .

وطورت مصانع الاجبان طرق التكاليف والتوضيب وينصح باقتطاع الشرائح اللازمة من القالب الكبير الذي يجب ان يبقى مبردا حتى لايفسد . وتشتهر مخازن باك ستورز الاستهلاكية في لندن بانها اقدم محل مخصص لبيع الاجبان المختلفة اذ انه يعود الى ١٦٧٤ عندما كان باكستون الجد يتسوق اجود انواع الاجبان من اشهر صانعيها لبيعها في محله مع وضع شرائح صغيرة في مواعين نظيفة كي يتسنى للمستهلك تذوقها قبل اختيار ما يشتهيه

Gulf Daily News Comment

ARABS and Islamic people everywhere should heed King Fahad's appeal for unity to face the common enemy.

Because the conflicts which are essentially those of the Middle East are also those that most trouble the world.

The Palestinian struggle, the Lebanese wars, the Iran-Iraq conflict, the Russian occupation of Afghanistan, all are open sores in a world torn apart by dissent.

While these confrontations exist there is little chance of the world paying more than lip service to the needs and aspirations of millions of Moslems.

While Arab fights Arab and Moslems wage war on each other the only people to gain are the Zionists and their supporters.

The plight of the Palestinians is the most important single issue facing the Arab nations, yet what hope is there while so much dissent exists?

The Palestinians are being denied their rightful homeland — their place in the world has been usurped.

King Fahad's plea to settle differences and confront the usurpers should ring out throughout the Middle East.

Today in history

TODAY is Thursday, August 29, the 241st day of 1985. There are 124 days left in the year. Highlights in history on this date:

1943 — Danish warships are scuttled at Copenhagen in Second World War uprising against Nazis.
1945 — US General Douglas MacArthur leaves Manila for Japan to accept Japanese surrender.
1960 — Jordan's premier Hazza El-Majali is assassinated.
1965 — US astronauts L Gordon Cooper and Charles Conrad make safe landing in Atlantic after record eight days orbit around earth.
1972 — North and South Korean Red Cross officials meet in North Korea openly for first time to discuss reunifying divided families.
1978 — China's Communist party chairman Hua Guofeng completes visit to Eastern Europe, symbolising historic break with China's traditional isolation.
1984 — Authorities arrest at least 3,500 people in northern and eastern India in confrontations involving government handling of Sikh unrest.

Target The Word Game

O	A	R
A	C	T
I	N	N

HOW many words of four letters or more can you make from the letters shown here? In making a word, each letter may be used once only. Each word must contain the large letter, and there must be at least one nine-letter word in the list. No plurals; no foreign words; no proper names. TODAY'S TARGET: 27 words, good; 34 words, very good; 40 words, excellent. Solution on Saturday.

YESTERDAY'S SOLUTION

Adit anti bait BANDWIDTH bandit bant bath dint habit hint than thaw thin twain twin wait want what whit width with

Chemist rota

Duty chemists who will be open between 7.30 and 10.30 pm tonight are: Al-Isaaf Pharmacy: 121 Road 3801 - 330. Manama. (Tel 714061); Atlas Pharmacy: 280 Shk. Isa Ave., 280, Muharraq. (Tel. 322069); 24 hour chemist is the Tariq Pharmacy, 72 Zubara Ave. 308 Manama, (Tel. 250433).

Duty chemists who will be open between 7.30 and 10.30 pm tomorrow night are: Al-Majed Pharmacy: 314 Bab Al Bahrain Ave. 301 Manama. (Tel 250097); Al-Mawasah Pharmacy: 38 Shk. Moh'd Bin Salman - 205, Muharraq. (Tel. 331637); 24 hour chemist is the Tariq Pharmacy, 72 Zubara Ave. 308 Manama, (Tel. 250433).

Prayer times

Dawn 3.49, Noon 11.39, Afternoon 3.10, Sunset 6.01, Nightfall 7.31. Tomorrow Dawn 3.50, Noon 11.39, Afternoon 3.10, Sunset 6.00, Nightfall 7.30.

Today is the 13th day of Dhul'Hijja, 1405, and tomorrow is the 14th in the Arabic calendar.

Today's thought

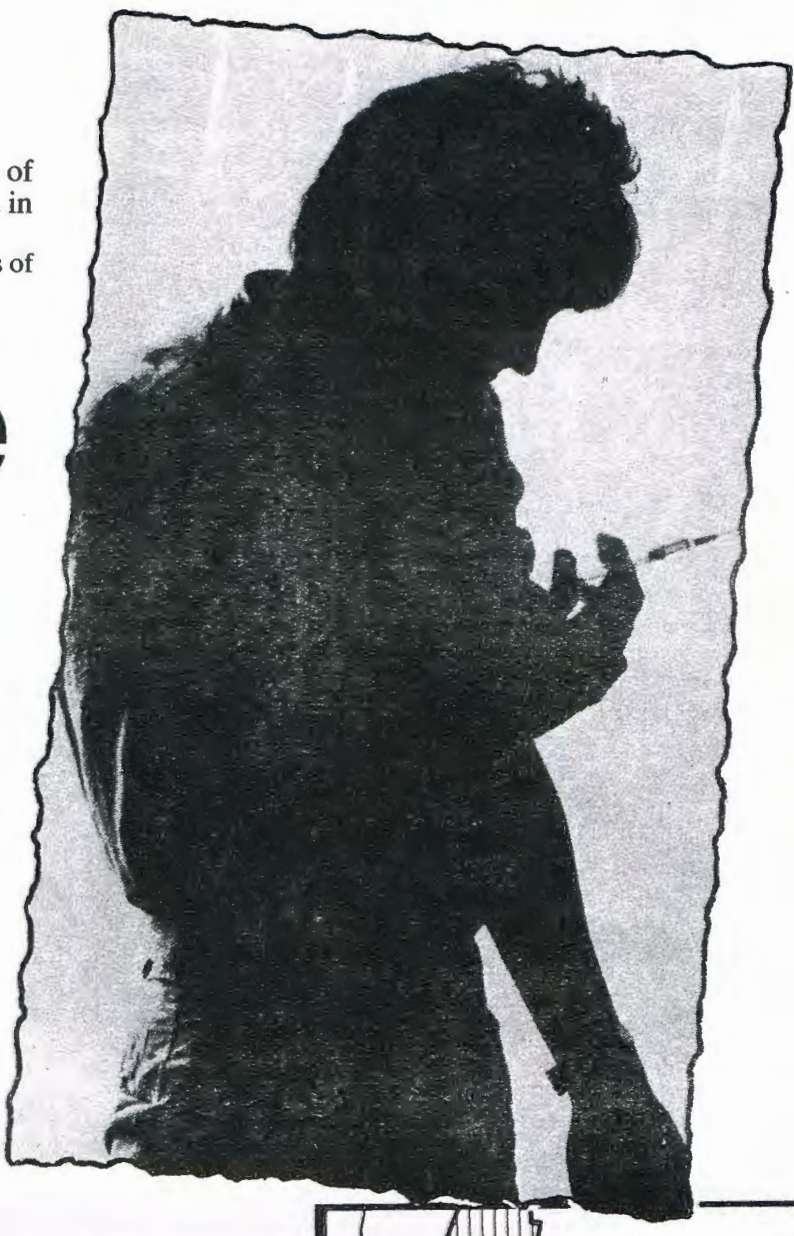
WHEN you have got a thing where you want it, it is a good thing to leave it where it is.— Sir Winston Churchill, British statesman (1874-1965)

How a little enjoyment becomes

BAHRAIN

In these two articles Jackie Annesley looks at the help available to drug addicts through Bahrain's newly-formed Narcotics' Anonymous Group and the torture which addicts can expect to suffer.

On the road to hell and back



EVERY Wednesday evening for the past four months, a group of people — sometimes up to 20, sometimes only a handful — have met in a small room in the depths of Sulmaniya Hospital.

Nothing too unusual in that. Except that few of them know the real names of their colleagues or even what they do for a living.

What they do know is that each and every one of them has gone through the torture of drug addiction ... "to hell and back" as one addict described.

Bahrain's newly-formed Narcotics' Anonymous group is thought to be the only one in the Gulf.

What is more, it is conducted solely in Arabic, reflecting the increasing problem among Gulf nationals on the island.

Statistics, recently published in a book entitled *Youth and Drugs in the Arabian Gulf States,* speak for themselves.

The average age of a drug addict has dropped from 52 years in 1976 to 26 years in 1983; drug related crimes have increased five times in ten years; hard drugs such as heroin now dominate the drug market and 90 per cent of people now arrested on the island for drug offences are Bahrainis.

The book's author, Bahraini doctor Abdulrahman Musaiger, has called for special centres to be set up with treatment methods relevant to the socio-cultural context of Bahrain.

Is the problem really that big, I asked the founder member of Bahrain's NA.

"There is more than enough to warrant a treatment centre," confirmed a 28-year-old Bahraini called Mohammed.

"Feedback from such a centre would help us at the meetings," he added.

"Feedback would help at meetings"

The problem of drug addiction however, is not a subject that society usually embraces with open arms.

Alcoholism seems to be grudgingly accepted, but drugs, with all their illegal conotations, do not rank high on the social tolerance scale.

It is this lack of understanding by "outsiders" that turns the NA meetings into a sanctuary of compassion for the despairing addict.

"I can be more open there than I am at home," explained Mohammed.

"I won't be misunderstood and I'll be helped in the right way. At home we can be spoiled with too much love. At the meetings we get tough love."

The NA's only membership requirement based solely on a similar system at Alcoholics Anonymous, is that the addict must have the desire to stop using drugs.

With help from Bahrain's AA and Sulmaniya Hospital, Mohammed and his fellow addicts are currently translating official NA literature into Arabic as well as looking into the possibility of getting documentary type films from the NA head office in California.

"Without AA, we couldn't have started NA," said Mohammed.

"Alcoholism and drug addiction are usually mixed anyway. It's like a circle ... you come off drugs and get into drinking. Or when you are taking drugs you rely on alcohol to increase your 'high'," explained Ebrahim another addict.

As in an AA meeting, one of the addicts recalls his or her own story after which the others join in with help and advice based on their own expriences.

"It helps us cope with life and reality. Even everyday things like anger, resentment and pressure can lead us back to taking drugs. It helps to talk about it," explained Mohammed.

"I was recently offered some and just turned round and said no so naturally. It felt very good ... as if I was refusing a cup of tea. I felt I had earned credit for what I've been working so hard for," he added.

But even after six months of "sobriety", Mohammed still feels the need to go to the meeting every week.

"We have no right to point a finger"

The risk he says, of ever coming under the spell of the "classless killer" is simply too great.

"I can be weak and I'm glad I know this. I don't have to go but I want to ... for the rest of my life. There I meet my brothers, my real friends. There I cannot harm anyone and no-one can harm me."

The barriers that addicts build against the outside world during their drug addiction cannot be simply pulled down even after months of sobriety.

"A person doesn't become an addict in one day. It takes time to recover and we have the time. It may take all your life. But you have nothing to lose in coming to a meeting to drink coffee and relax," said Ebrahim.

At this point, Mohammed goes to great lengths to explain that NA does not preach against drugs or pressure addicts into going to their meetings.

"We have no right to point a finger because we've done it too."

And as NA literature says, they are not interested in how much someone used, what their connections were, what they have done in the past or how little or how much they have.

They are only interested in what the person wants to do about their problem and how they can help.

"We just want to prove that we are normal, that we were sick for some time and now we are trying to get better ... with the help of other addicts and society."

THE "Golden Crescent" of Afghanistan, Pakistan and India remains the major source for both soft drugs like hashish and marijuana and killers such as opium, cocaine, heroin and morphine.

With the Gulf's young generation becoming increasingly mobile, access to narcotics is not difficult.

The addict will either pay the exorbitant price of getting drugs through a contact in Bahrain, or travel to the nearby Golden Crescent to get them for a fraction of the dealer's price.

Smuggling them back through customs, with the ever-present risk of imprisonment — or even the death sentence — is proof of just how far an addict will go to get his daily fix.

Weather

Weather: Fine but humid with slight haze first.
Wind: Southeasterly 5-12 knots becoming easterly to south easterly 12-15 knots during the afternoon.
Sea state: 1 foot or less inshore, but 1-3 ft to the north and east.
Outlook: Continuing humid with light to moderate south easterly winds.
Sunset: 1801.
Sunrise: 0516.
Maximum temperature 40C.
Minimum temperature 33C.
Maximum humidity 90 per cent
Minimum humidity 50 per cent
Mina Sulman tides: High at 0517/1706, low at 1120.
Temperatures in other GCC states: Kuwait 39, Riyadh 42, Doha 38, Abu Dhabi 41, Muscat 33

Recorded Weather Service 330184

Met. Office: 321425/26

WORLD TEMPERATURES
CODE: C, clear; Cl, cloudy; R, rain.

	MIN	MAX	
Amsterdam	14	23	C
Athens	18	28	C
Bangkok	25	31	R
Barbados	28	30	Cl
Beirut	29	33	Cl
Belgrade	14	20	Cl
Berlin	07	23	C
Brussels	10	24	C
B Aires	10	18	C
Cairo	22	36	C
Caracas	20	28	R
Chicago	14	27	Cl
Copenhagen	11	17	C
Dublin	10	18	Cl
Frankfurt	07	21	Cl
Geneva	08	20	C
Helsinki	12	19	C
Hong Kong	25	26	Cl
Islamabad	23	36	C
Jakarta	24	32	C
Jo'burg	06	20	C
K Kumpur	22	32	R
Lima	14	18	Cl
Lisbon	14	32	Cl
London	14	24	C
Los Angeles	26	33	C
Madrid	10	30	C
Manila	24	31	Cl
Mexico City	11	20	R
Montreal	15	23	C
Moscow	15	28	Cl
New Delhi	27	36	C
New York	24	29	C
Nicosia	24	41	C
Oslo	13	18	Cl
Paris	11	23	Cl
Peking	19	26	C
Rio	14	38	Cl
Rome	14	26	R
Santiago	07	20	C
Seoul	25	28	Cl
Singapore	25	32	C
Stockholm	12	18	C
Sydney	08	19	C
Taipei	25	31	C
Tokyo	17	25	R
Vienna	13	17	Cl
Warsaw	12	19	Cl

TIME DIFFERENCE BETWEEN BAHRAIN AND:

Canada	−8	Pakistan	+2
Egypt	−1	Philippines	+5
France	−2	Singapore	+5
Hong Kong	+5	UAE	+1
India	+2½	Britain	−2
Korea	+6	USA (N. York)	−8
Morocco	−3	USSR (Moscow)	−1

إعترافات مدمن مجهول

من السيجارة إلى الهيروين

ضد نفسه اقام الدعوى امام محكمة الضمير.. فكانت هى الجانى.. وهى الضحية.! وعليها صدرت الاحكام .. احكام التعذيب والتهذيب.. تعذيب النفس وتهذيب الذات..!

هى ليست قصة من وحى الخيال.. لكنها واقع تلمسه الأيدى..

انها قصة تثير خيال رجال السينما. فهى المزيج من المأساة والملهاة .. هى الخليط بين الجد والهزل.!

هى الاخطبوط الذى يطوق بأذرعه احلام الشباب ويقطف زهرات المجتمع.. انه الادمان المدمر.!

وكم هى شاقة تلك الرحلة ما بين الادمان والتوبة.. ما بين الموت والحياة.. ما بين الكرامة والمذلة.

هو مشوار طويل يرويه المدمن المجهول.

وهو ليس مجهولا لنا.. ولكن الامانة -

عاصم رشوان

انا كاذب.. محتال.. مهرب وقاتل..!

وحدها - هى التى تفرض علينا تجهيله. فهو الذى جاء الى صدى الاسبوع يروى لنا ادق التفاصيل فى رحلة الاسرار المثيرة. انها الرحلة التى بدأت بالسيجارة وطافت على كؤوس الخمور.. وانتهت الى حقنة المورفين والهيروين.

هى اعترافات كاملة (لمدمن مجهول)..!

كنت فى التاسعة عشر من عمرى حين بدأت خطواتى الأولى على طريق الضياع.. انها مرحلة المراهقة.. اثبات الشخصية .. اثبات الذات .. مرحلة ادعاء المعرفة بكل شىء. انها المرحلة التى احسست فيها بالرغبة الجامحة في اتخاذ مسارات تختلف عن تلك التى يتخذها الآخرون. تجتاحنى الرغبة فى التحول الى كيان آخر يغاير الكيانات التقليدية.

كان لى اصدقاء كثيرون.. ساعدنى بعضهم فى الاندفاع بسرعة مجنونة على هذا الطريق.!

ولكننى الوم نفسى .. فأنا الذى بدأت «التحشيش» .. وانا الراغب فى ذلك .. وانا الممعن فى الرغبة.!

اصدقاء خمسة.. ربط بيننا عشق المخدرات لم ينج من بينهم غير واحد وانخرط الباقون فى دوامة السموم الزرقاء.!

والأقوال التى يرددها المدمنون. والادعاءات التى تتهم الأهل والآباء هى مجرد كلمات جوفاء لا تعدو كونها تبريرا هزيلا أمام الآخرين .. أمام المجتمع .. وأمام الذات .!

بدأت رحلتى الملعونة بالسيجارة الأولى .. ثم تعاطيت المواد الكحولية.. وتطورت الى حبوب (المندركس).. وبعدها كانت الانطلاقة.. انطلاقة العبور .. عبور ذلك المجهول.. الخط الوهمى الذى يفصل بين جدود التعاطى وغياهيب الادمان.. ولم أكن مدركا اننى اخطو بقدماى على طريق الموت.. طريق الضياع.

انها حالة العبور الى عالم اللاإرادة والتى بدأت معى بالرغبة فى تعاطى (المورفين).. وما ان تعاطيته مرة حتى صار تفكيرى محاصرا بالتدبير لكيفية الحصول على المخدر والبحث عن مكان تواجده.. فهو المعين وهو المنقذ الذى اتوقع قدرته السحرية على تجاوز الأزمات.

ويمضى مشوار الادمان.. عتبات اتعثر عليها.. واخرى أدوسها بسلام.. رياح تحملنى واخرى تحطنى.!

تعرفت على اشرار البشر وايضا على الناس الطيبين..!

عرفت اماكن الضياع.. وتعرفت الى باعة الوهم والسراب.! عشت سجينا دائم الاحتياج.. مدفوعا الى الذل للآخرين.. اكذب من أجله.. انافق عشقا له.. اسلك دواعيس الاستغلال حبا فيه .. اصبحت اسيرا لهواه ومأسورا لجنابه..!

ومع اهلى تبدلت الاحوال .. مع الاخوات.. ومع الأخوة.. تحولت الى ثائر لاتفه الاسباب.. راغبا فى الاعتداء والتمرد.!

وكلما تمضى الايام.. تدور عقارب الساعة.. تتزايد معها استعداداتى للكذب.. للنفاق.. للاستغلال.. لكراهية الأهل والجنوح للابتعاد عنهم.. والاعتداء عليهم.!

فمن يصدق ان تتطاول يداى.. اضرب امى التى حملتنى وجاءت بى الى الوجود.. ابصق فى وجهها.. وعلى رأسها القى بالنعال..!

ومن يصدق اننى اعتدى على الاخوة والاخوات بالضرب تارة.. وبالسباب واللعنات تارة اخرى.!

وعلى الرغم من حالات التمرد.. وتحولات العصيان التى مارستها على الأهل والاصدقاء الا انهم حاولوا اخراجى من دائرة الضياع.. ابرزوا مسالك الحلول.. طلبوا الى زيارة الطبيب.. ادخلونى الى المستشفى.. ابتعثونى الى مصحة فى بريطانيا.. ولكن.. بلا جدوى..! فلم اكن انا الراغب فى العلاج.. وانما هم .. الأهل .. الصحاب .. الاخوة.

ولاعتقادى بأن ذلك مفروض على.. ولتصورى بأننى المكره على التوقف فقد لفظت كل جرعات الدواء.. عدت مرة .. مرتين .. وثلاث .. احتسى مزيداً من المسكرات.. اطارد خيوط الدخان الازرق وتطاردنى هى..!

وتمضى السنون.. عام يستقدم الآخر... ثمانية اعوام من الضياع شعرت خلالها كيف يكون الهوان وتذوقت نفسى مرارة الاذلال.. عرفت جيدا كيف تكون الغيبوبة وكيف تمضى ساعاتها الثقيلة.. دقائقها الرهيبة .. ثوانيها الملعونة.. لحظاتها الاكثر مرارة من الصبار.!

حياتنا اليومية ، كما أن أهم ما فى هذه المبادىء هى أنها « فعالة » .

لا توجد هناك أية روابط متعلقة ببرنامج المدمن المجهول فنحن لا نمت بصلة لأية مؤسسات أخرى ، وليس بيننا زعماء ولا نطالب بأية رسوم أو مستحقات ، ولا نطالب بتوقيع أية ضمانات ، كما اننا لا نعطى الوعود لأى كان . ان برنامج المدمن المجهول ليس له أى ارتباطات بأية مجموعة سياسية أو دينية أو قانونية كما اننا لا نخضع لأية مراقبة فى أى وقت من الأوقات . ان برنامجنا مفتوح أمام الجميع بغض النظر عن العمر أو السلالة أو اللون أو العقيدة أو الديانة أو عدم وجود الديانة .

ان هذا البرنامج هو عبارة عن مجموعة من الأعضاء من كلا الجنسين ممن يتعلمون العيش بدون المخدرات . انه لا يعنينا بشىء ماذا كنت تتعاطى أو الكمية التى تتعاطاها ، أو ما هى اتصالاتك السابقة وماذا قد فعلت فى ماضيك وكم تتعاطى الآن ...

الا أن ما يعنينا هو ماذا تنوى أن تفعل بخصوص مشكلتك وكيف يمكننا أن نساعدك فى ذلك .

ان الزائر الجديد هو محور الاهتمام فى أى اجتماع ، لأننا لا يمكن أن نحافظ على مالدينا الا اذا قدمناه للآخرين . ولقد تعلمنا من خبرة جماعاتنا أن أولئك الذين يستمرون فى حضور الاجتماعات بانتظام يبقون بعيدين عن المخدرات .

انا العائد.. فهل تقبلون توبتى؟

وكأننى رسول هبط من السماء.. وجدت فيهم التعاطف الذى افتقدته فى المجتمع.. عشت بينهم حياة الأمان والدفء بعد ليل طويل من برد الغربة بين الأهل والاصدقاء.!

كلهم مثلى .. كلهم مدمنون.. يحاول كل منهم مساعدة الآخر ليعيش بعيدا عن جحيم المخدرات.!

الاعتراف بالخطيئة كان خطوتى الأولى .. الاعتراف بالذنب.. الاعتراف بالخطأ وبعدها تنبعث ارادة المواجهة .. مواجهة النفس ثم فقدان السيطرة مقدرات الحياة.. لأنها فى يد السماء وحدها.. فى الأيدى الالهية.. ولأننى لا املك من امرى شيئا.

ومنذ ذلك اليوم وانا ارى فى نفسى هذا التغيير الهائل فى كل شىء ذلك اليوم الشاهد على ابتعاثى من عالم القبور الى دنيا الحضور.. انسانا جديدا يملك مقدراته.!

شخصوا لى حالتى علمونى ان الادمان كأى مرض يستعصى علاجه.. هو كالسل.. وهو كالسرطان.

انها ثلاثة الوان من الادمان احدها جسدى والثانى فكرى والثالث روحانى.

وان كانت الأعراض الجسدية للادمان قد تخلصت منها والجانب الروحى وان كنت قد تخلصت من معظمه الا ان الجانب الفكرى من الادمان هو الاخطر وهو الأهم.!

احسست بالحاجة الى التغيير الشامل فى الفكر من خلال الافكار الايجابية .. وجدت نفسى مطالبا باسقاط الافكار السلبية واحلال الايجابية. اعيش مشاركا لاصدقائى من المدمنين.. مواظبا على حضور الاجتماعات. هكذا قادتنى الارادة والرغبة الصادقة فى تحرير الذات. وبعد محاولات ثلاث فشلت فيها حين اجبرنى الآخرون على الاقلاع. دخلت المستشفى وخرجت لأعاود التعاطى. دخلت السجن وخرجت لامارسه بمزيد من الشهوة والعنف.! فقدت القدرة فى الحصول على المخدر لفترة محدودة ولكننى عدت الى التعاطى وانا اشد ما أكون شراسة. وجنونا.!

ولكن كيف تكون الردة. وكيف تكون العودة الى طريق الدمار طريق الادمان؟!

منذ السيجارة الأولى بعد الاقلاع. فاذا لم ادخن السيجارة الأولى فلن ابدأ فى الثانية ولن تنتهى علبة السجائر. لابد من الابقاء عليها كاملة.. مغلقة دون حاجة الى فض بكارتها .!

ان جرعة واحدة كثيرة جدا.. لأن آلاف الجرعات التالية لن تكون كافية لوقف طوفان الادمان

علمونى ان الادمان يشبه مرض السكرى. قالوا: انك لن تشفى منه وانما هناك حالة معينة يجب الحفاظ عليها.. انها حالة التعافى.

فاذا كان مريض السكر لا تأتيه الحالة حين يحجم عن السكريات والنشويات وغيرها من المأكولات فهكذا حال المدمنين. هم اصحاء.. وهم معافون طالما يبتعدون عن التعاطى.. تعاطى المخدر الملعون.

فأنا الآن مدمن ناقص مخدر. وقبلها كنت مدمنا زائد مخدر.!

عرفت كيف اكبح الافكار السلبية التى تلح على ذهنى وتعلمت كيف اقمع نفسى حين تراودنى على التعاطى.!

ان برنامج المدمن المجهول هو تماما مثل المرايا .. فيه نرى انفسنا.. نرى قبحنا.. ونرى جمالنا.! نعيش الواقع من خلاله. ونتطلع عبره الى المستقبل.

علمونى ان اليوم الذى يمضى دون استعمالى للمخدر فأنا البطل.. انا الملك.. ملك إرادتى.. وبطل يكبح جماح النفس.!

وانا اليوم لن اعود اليه.. الى التعاطى لأن اليوم هو الواقع اما الأمس فقد انتهى وتمكنت من التغلب عليه.

ان غاية ما اتمناه واطمح اليه هو الا يأتى الغد الذى اعود فيه الى متاهات الادمان. اتمنى الموت قبل ان يأتى هذا اليوم.

وجمعية (المدمن المجهول) ليست جمعية بالمعنى التقليدى وانما هم جماعة يتحدثون عن تجاربهم فى عالم الادمان حتى يتعظ الآخرون.

هم يعطون الحب بعضهم البعض .. يضيئون شموع الأمل امام الذين ضلوا طريق الصلاح والاصلاح.! فليس لدينا رئيسا أو مرؤوسا. ولا ضغوطا ولا فروض. كل منا يأخذ البرنامج بطريقته.. بالطريقة التى يفهمها والتى يستوعبها. هناك المسلم والمسيحى والبوذى. برنامجا روحانيا وليس دينيا ولا سياسى. فى كل مطبوعاته واجتماعاته ولقاءاته ومحاضراته يحارب الادمان دون التعرض للجوانب الاخرى والتى قد تبدو ذات طوابع معينة مشكوك فى مساراتها وتوجهاتها؟؟

هى جماعة اتفقت على حرب الادمان ولا تتقبل دعما ماليا من أية جهة. فأنا المثال وانا النموذج. أعيش فى تمام الصحة الجسدية والنفسية واحاول العمل وأهيىء نفسى لذلك فكريا واجتماعيا.

وفى الشهر الماضى احتفل الزملاء المدمنون بعيد ميلادى الأول عيد ميلادى الحقيقى.. عيد البعث من الموت الى الحياة من الدمار الى الوجود. فالادمان هو العدم هو الضياع هو الفناء.!

منعنى الادمان من الزواج.. وكانت هى سعيدة الحظ وانا كذلك واليوم انا الجاهز.. وانا المقبل على الزواج.. ابنى اسرة تسعد المجتمع وتساهم فى تشييد الصروح.

وفتاتى لم تكن مدمنة وذلك لا يعنى انعدام الادمان فى وسط بنات البحرين. فهو موجود ومنتشر لكننى لا اعرف كم النسبة!

انه مرض الدمار الذى لا يفرق بين الابيض والاسود.. المسلم والمسيحى.. الرجل والمرأة.. هو على رقاب الجميع.

واذا شاءت الفتاة المدمنة التوبة فالباب مفتوح.. والمهم ان تعترف وهذا يتوقف على قدر المذلة التى واجهتها. ونحن فى جمعية (المدمن المجهول) لا نريد معرفة الشخص باسمه وعائلته سواء رجل أو امرأة. نحن نتعاون معا على اننا جميعا مرضى نعالج انفسنا. ولدينا نساء كثيرات من الاجانب مستعدات للمساعدة. واتمنى ان يكون هناك جمعية مستقلة للمرأة المدمنة.

اننى اتمنى ان يكون الادمان رجلا لاقتله.. امزق جسده ادفنه فى الاعماق ليخلو العالم من شروره ويتخلص الناس من شره.

.. ودون الاشارة الى هذا المدمن إلى إسمه أو عنوانه فإن صدى الاسبوع تفتح قلبها للمدمنين من كل صوب واتجاه نساء كانوا أم رجالا. نتصدى معا لذلك الوحش المدمر وذاك المارد الذى يهدد كياننا الاجتماعى. ويتهدد زهور شبابنا..!

المخدرات.!

انا الجانى.. وانا المجنى عليه..!

ولم تكن حالة واحدة مزاجا وحيدا هو الذى يدفعنى الى التعاطى فكلما مررت بأزمة هرولت اليه.. واذا تعرضت لمضايقات هرعت الى حظيرته ابحث عن الملجأ وأفتش عن الحماية!

وما ان يدعونى الاصدقاء الى عرس أو حتى مأتم فأذهب اليه شاردا .. مشتت الفكر.. مسطول .. وسكران!

إمتلأت نفسى بمرارة الحقد على كل الناس.. اصبح وجدانى مشحونا بعنفوان الضغينة.. سيطرت على احاسيس النقص.. واذابت ارادتى حالات الاكتئاب.

ما ان تنغرس فى عروقى ابرة (الهيروين) حتى اشعر بانفصالى عن العالم الذى تعيشونه.. اعيش فى عالمى الاسطورى.. عالم بلا اخلاق.. اكون فيه جاهزا لافعل اى شىء قد لا يخطر ببال احد.!

آه من ذاك الطريق.. فكم هو ثقيل على نفسى وكم هو مرير.

آه من المذلة التى طحنت كبريائى.. وحطت من عليائى.

آه من الاهانات التى اطاحت بكل معانى الانسانية فى اعماقى وحتى الرجولة ايضا..!

امام عيونى ينسحب ذلك الشريط الرهيب.. شريط الاحداث.. احداث الادمان.. احداث المذلة.. حوادث المهانة ومرارة الضياع..!

شريط ملعون تتلاحق احداثه.. اشترك فى تهريب المخدرات .. ابيعها .. اروجها .. انشر السموم فى دماء البشر .. احتقر نفسى.. اعيش عذاب الضمير.

انا المجرم .. انا القاتل .. انا الذى دمرت .. حطمت .. وسقطت من عليائى.!

لم اكن اعرف ان اللون الابيض (للهيروين) وبودرته القاتلة من الممكن ان تذيبها ماء الحياة.. تحولها الى سائل ابيض.. يعبئون به حقنة الدمار.. يضعونها فى الوريد.. يسحبون قليلا من الدماء.. تمتزج (بالهيروين).. ومرة اخرى يعيدون دفعها الى الوريد.. تذوب فى دماء العروق.. تتخبل الاجساد .. تنام الضمائر .. ويصبح كل شىء مباح.. حتى الدعارة..!

ومنذ شهور مضت تغيرت الاحوال وتبدلت الاوضاع .. اجراءات صارمة من جانب الشرطة .. جهود جبارة لرجال الأمن.. صحوة مبكرة لانقاذ البشر.! قانون رادع للعقاب.. اصاب الركود سوق المخدرات لا تهريب لا بيع ولا شراء .. ولا تعاطى.

لكن رغبتى فى التعاطى كانت اقوى من كل شىء.. كان اصرارى على العناد.. رحت افتش عنه اقلب فى المخابىء فوقعت فى قبضة الشرطة.. قدمونى للمحاكمة وفى غياهب السجون امضيت شهورا ستة.

وفى السجون ذقت مرارة الحرمان.. عذاب الاذلال ومرارة المذلة.

لم يعد امام القطار.. قطار ادمانى محطات اخرى غير محطة واحدة.. انها الاخيرة .. الهلاك.!

وامام محكمة الضمير رفعت قضية ضد نفسى.. فكانت هى الجانى.. وهى الضحية.!

وصدرت الاحكام .. احكام التعذيب والتهذيب.. تعذيب النفس وتهذيب الذات..!

ومن هنا بدأت رحلة اخرى ومن نوع آخر. انها رحلة عذاب الضمير. رحلة المواجهة مع الذات.

طرحت على نفسى تساؤلا فمن الذى يلحقه الأذى!

فلست وحيدا يلحقه الأذى فالى جوارى الأهل الذين تعذبهم احوالى وسلوكى المشين. ويضاف الى ذلك تلك النظرة التى تطالعنى بها عيون المجتمع.

واراد الله امرا وحلت المعجزة حين فتشت فى اعماقى فاكتشفت عنفوان الرغبة الصادقة فى الاقلاع عن المخدرات. عن الادمان .. عن الدخان الأزرق عن الضياع.. وحين بدأت خطوات الاقلاع احسست بعمق الهوة التى اسقطت نفسى فى بالوعتها.!

فكم كنت منقوصا للارادة ؟؟ وكم كنت ذليلا للمخدرات؟!

اليوم حققت استقلالى الذاتى. تمتعت بنعمة الحرية. الاصدقاء القدامى. اصدقاء القعدات المخدرة.. اصدقاء السوء تحولوا جميعهم الى اعداء .. الى اشباح تطارد خيالى وتجسد امامى ايام الذل والهوان.؟

كنت اخشى النظرات التى قد يتهمنى بعضها بالاجرام لأننى دخلت السجن وقد يتهمنى البعض الآخر بالضياع لاننى مدمن مخدرات. فى اعماقى احساس قاتل بالخوف والفزع من كل من حولى وما حولى..!

شهر . شهران احاول مع كل لحظة تمضى من ذلك الزمن البطىء ان اتفاعل مع مجتمعى بلا عقد او حساسيات.. اريد التخلص من ازمتى.. ولكن.. لا أدرى كيف ؟!

ويمضى الشهر الثالث ويزورنى صديق عزيز على نفسى ولازال معنا فى جمعية المدمن المجهول.

حدثنى كثيرا عن البرنامج. وشرح لى مسالك الطريق للخروج من ازمتى النفسية وحالات الاكتئاب التى سيطرت على وجدانى ؟

وكانت بداية الخروج.. الخروج من بوابة اليأس الى آفاق الأمل حين ذهبت مع صديقى الى هناك.. الى حيث العالم الصغير .. عالم لا يتعامل معى على اننى مجرم ولا يعاملنى بكونى ضائعا يدمن المخدرات.!

وفى اليوم الأول لم اكن واثقا من الاستفادة اكن على يقين من النتيجة. الا انهم رحبوا بوجودى

مدمن تحت الاختبار

ان برنامج المدمن المجهول هو عبارة عن جمعية ليست لها أية أهداف مادية ، وتتألف من كلا الجنسين ممن أصبحت المخدرات تشكل بالنسبة اليهم أكبر المشكلات . نحن من المدمنين الذين نحاول التغلب على الادمان وبهذا نجتمع بانتظام لنتعاون سويا فى البقاء بعيدين عن المخدرات .

ان هذا البرنامج يهدف الى الالتزام بالامتناع عن جميع المخدرات ، كما أن هناك شرط واحد فقط للالتحاق بالعضوية وهو « الرغبة الصادقة فى الامتناع عن التعاطى » . لا توجد هناك أية فروض فى برنامج المدمن المجهول الا اننا نقترح أن توسع أفق تفكيرك وان تعطى لنفسك الفرصة .

ان برنامجنا يتركز على عدد من المبادىء الموضوعة بشكل مبسط بحيث يمكننا أن نتبعها فى

دعاء المدمنين

○ يارب امنحنى الصفاء والهدوء والسكون لا تقبل الاشياء التى لا أستطيع أن أغيرها .
○ اعطنى الشجاعة والجرأة لكى اغير الأشياء التى استطيع أن أغيرها .
○ انعم على بسداد العقل لأفرق بين الصالح والطالح ....

انا عاشق الخمـــــور.. ومدمن

أمواج الحياة

ضحايا الإدمان يتحدّثون عن الانحراف إلى المأساة!

البداية جريمة صغيرة .. والنهاية دمار وخراب بيوت!

توقفنا عن الإدمان بعد سنوات طوال

المتعافون: الأسرة أحياناً تساعد المدمن على التعاطي!

جرعة صغيرة وينتهي الأمر

بقلم: محمد دعيدة

يتفق الجميع على ان المخدرات ما هي الا وهم يخدع صاحبه وسراب يتعب الراكض خلفه، فالمدمن عندما يتعاطى المخدرات لا يتعاطاها الا وهو مدرك تماما ان تلك الجرعة الصغيرة ستمكنه من الوصول الى ما يريد.. ولا يعرف انها بداية لتدمير حياته، فالباحث عن السعادة يرى انه يستطيع الحصول عليها من خلال جرعة صغيرة يجول بعدها في جنان خضراء ذات ظلال وارفة، أو بامكان المدمن ان يهرب من واقعه الأليم بتلك الجرعة الصغيرة، فهو يرى انه بتلك الجرعة يستطيع ان يواجه ما يهرب منه بل التغلب عليه. والمدمن آخر يرى ان غضبه خطير وحسابه عسير ولذلك لكي لا يضر أحدا بذلك الغضب يطفىء جذوة البركان بشيء من مخدر، وهكذا تبدأ رحلة الادمان، غير ان الحقيقة المرة التي يعيشها هؤلاء جميعا هي ان ما يقومون به مجرد وهم وسراب كلما ركضوا نحوه زاد بعدا، وكلما رجوا منه قربا زاد جفاء.

وهذه هي الحقيقة التي ادركها المدمنون المتعافون في جماعة المدمن المجهول الذين يحاولون ايصال هذه الحقيقة الى الآخرين.

وفي هذا التحقيق نحاول ان نتعرف على هذه الجماعة ونظرتهم الى الادمان.

المدمن المجهول

■ التقينا باسيد (ع. بوهاشم) وسألناه: ماهي جماعة «المدمن المجهول»؟

● يقول (بوهاشم): ان جماعة «المدمن المجهول» هي عبارة عن جماعات منتشرة في جميع انحاء العالم، مؤلفة من أشخاص ممن يعانون من الادمان، ويأتي اعضاؤنا من مختلف المستويات، وظروف حياتنا مختلفة، والدرجة التي وصلنا اليها مختلفة، لكننا نشترك في شيء واحد هو الادمان.

■ وما هي متطلبات العضوية؟

● ان المطلب الوحيد للعضوية هو الرغبة في الامتناع عن تعاطي المخدرات.

ويضيف: ان جماعة «المدمن المجهول» لكل المدمنين بغض النظر عن نوعية المخدر المستخدم، اذ يجب ان نمتنع عن كل المواد المخدرة لكي نتعافى. من جانب آخر. والكلام له. عضوية الجماعة لا تكلف شيئا، اذ لا توجد رسوم دخول او عضوية، بل الشرط الوحيد لدخول الجماعة هو الرغبة الحقيقية في الامتناع.

مرض وليس عارا

■ من خلال رحلتك في عالم الادمان، ما تعريفك له؟

● يقول (بوهاشم): ان الادمان مرض وليس عارا، مرض يمكن معالجته والسيطرة عليه، وهو موجود قبل التعاطي!!

■ مرض موجود قبل التعاطي؟ كيف؟

● يقول: ان مرض الادمان مثل أي مرض قد يصيب الانسان، مثل المصاب بالحساسية من الفراولة. يقول بو هاشم موضحا. فتلك الحساسية موجودة في جسم الانسان أصلا، وكل ما هنالك ان الانسان المصاب بها اذا أكل الفراولة ظهرت اعراضها، وكذلك التعاطي يجعل اعراض الادمان تطفو على السطح وهذه الاعراض تكون جسمانية وعقلية وروحية.

هو عانت بعي ما اقول

ويصمت قليلا ثم يقول: انه مرض قوي ومراوغ، وبدون مساعدة تصبح النتائج مأساوية دائما.

■ وهل هناك انواع من المدمنين؟

● يجيب (بوهاشم): هناك المدمن النشط، وهو الذي لايزال يتعاطى.. والمدمن النشط خطر جدا لأنه عبارة عن بركان ثائر، وهناك «المدمن المتعافي».

السبب

■ من خلال خبرتك في عالم الادمان، هل تستطيع ان توضح اهم الأسباب التي تدفع الانسان الى الادمان؟

● قال: ان الأسباب التي تؤدي الى مرض الادمان تكمن في عدم فهم كيفية التعامل مع المشاعر الانسانية المختلفة التي اقدم المدمن على التعاطي بسببها.

■ كيف؟

● يقول موضحا: مشاعر الخوف والخجل والندم والحسرة والغضب أو حتى الفرح. هذه مجرد مشاعر لا يعرف المدمن كيف يتعامل معها وهو بكامل وعيه لذلك يتعاطى كي يتعامل معها، بمعنى أصح. والكلام له. يتعامل معها كيميائيا.

ويضيف: لذلك فالمدمن في حاجة الى الاستبصار في النفس، أي تعديل المفاهيم الخاطئة والاتصال المباشر بالمشاعر التي تعاطى بسببها.

■ ما رأيك فيمن يضع ظروف الحياة او غيرها أسبابا للادمان؟

● يقول محتدا: ليست المسألة مسألة فراغ خارجي كالبطالة أو غيرها، ان المشكلة تكمن في الفراغ الداخلي أو الروحي.

■ ماذا تقصد بالفراغ الروحي؟

● يقول: الفراغ الروحي هو عبارة عن صلة غير واعية بالله، والتغافل عن قدرته سبحانه، ولذلك يتعاطى المدمن كي يملأ هذا الفراغ متناسيا ان هذا التعاطي يزيد من تلك الفجوة الروحية بينه وبين الخالق.

العلاج

■ اذن ما العلاج الناجع لمرض الادمان؟

● يقول: مشكلة الادمان لا يوجد لها علاج محدد معروف، بل هو طرق مختلفة، ولكن المهم ان يتوقف المدمن عن التعاطي.

ويقول مستدركا: صحيح ان التوقف يحل مشاكله، ولكن يجب على المدمن ان يحل مشاكله الداخلية في نفسه أولا ومن ثم يتجه الى حل مشاكله الخارجية مع الآخرين.

ويضيف: ان الحل العملي الوحيد هو الاقلاع مستعينا بأي طريقة متاحة، وعادة ما تكون هذه الطريقة هي دخول المستشفى والبقاء تحت اشراف طبي، كما يجب على كل شخص مصاب أن يستعين بقوة اكبر منه ايا كانت.

■ أشعر بأن كلامك فيه شيء من اللبس؟

● أفهم قصدك. مثلا. والكلام له. عندما تكسر رجلك فأنت تستعين بأحد لديه سيارة يقلك الى المستشفى الذي يستقبلك الطبيب فيه الذي بدوره ينقلك الى المجبر او الجراح ومن ثم تطلب رحمة الله وعافيته، فالأخذ بالاسباب والتدرج فيها مهم جدا بالنسبة للمدمن.

ويستدرك قائلا: يجب ان نلاحظ ان مشكلة الادمان لا تنتهي بالخروج من المستشفى، اذ ان النفس في حاجة الى صيانة مستمرة بأي وسيلة يراها المدمن مناسبة له، بشرط ان تحفظه من العودة الى التعاطي.

عقبات

■ هل هناك اية عقبات قد تواجه المدمن في طريقه الى التعافي؟

● يقول: نحن كمدمنين نواجه عقبة واحدة تكمن في الأسرة.

ويضيف: نحن نعلم ان الأسرة والأقارب هم اول المتضررين من تعاطينا، فهم يتأذون نفسيا واجتماعيا وحتى جسمانيا، ولكن المسألة تكمن في انعدام (الحب القاسي) لدى الأسرة.

■ الحب القاسي! .. ما هو؟

● يجيب: نعم، الحب القاسي، اذ تجد العائلة التي لديها شخص مدمن تساعد على عدم التوقف من خلال تسديد الفواتير عنه مثلا أو اعطائه نقودا من أجل تهدئته فقط أو حتى اذا رفض العلاج فلا بأس، كل هذه الأمور وأشباهها تضر بالمدمن ولا تنفعه، فهم في الحقيقة يقسون عليه بدون حب، أما اذا أصروا على علاجه وأرغموه على الاقلاع بأي وسيلة كانت فهذا هو الحب الحقيقي وان كان مشوبا بالقسوة.

نماذج حية

■ لنترك عالم الادمان وعد الى «المدمن المجهول»، ما دورها في حل مشكلة الادمان؟

● يقول عادل (بوهاشم): ان جماعة «المدمن المجهول» هي احدى الوسائل التي تساعد المدمن على التعافي، وهي احدى الطرق التي تساهم في صيانة نفس المدمن.

ولكنه يعود مستدركا: أنا لا أقول ان هذه الجماعة هي الحل الامثل للتعافي ولكني أؤكد انها احدى الطرق، فلو وجد المدمن طريقة اخرى تناسبه فلا بأس، فالمهم لدينا ان يظل المدمن بعيدا عن التعاطي ليس اكثر.

.. أنا ولا فخر المدمن المعجزة..

بهذه الكلمات شاركنا في الحوار صلاح. أحد أعضاء «المدمن المجهول». ويضيف قائلا: «نعم انا معجزة، فبعد ادمان دام ١٦ سنة، هأنذا احتفل بميلادي الثاني بعد التوقف عن التعاطي.»

ويضيف مبتسما: ليس مهما كيف بدأت، اذ انني لست مطالبا بالبكاء على الماضي.

■ قلت له: ما الذي استفدته من برنامج «المدمن المجهول»؟

● فقال: كانت عندي رغبة صادقة في التوقف ولكني لم اكن اعلم كيف، اما الآن فقد علمني البرنامج كيف أتعامل مع مشاكلي، ان البرنامج اعطاني الفرصة لأن أعود الى أهلي وأصدقائي، ليس مهما الماضي، ولكن المهم الى اين انت ذاهب وكيف تصل الى التعافي؟

أما يوسف فيقول: هل تصدق ان أحد الأطباء الذين عالجوني كان ينصحني بقوله: اترك الهيروين واذهب الى الحشيش أو الكحول، وكنت اصدق جهله وأنفذ ما يقول ولكني في كل مرة كنت أعود فيها الى الهيروين حتى وصل الأمر الى انني دخلت المستشفى ٦ مرات، ولكني بعد ان انضممت الى جماعة «المدمن المجهول» شعرت بعودة الأمل الى مرة أخرى، وبدأت حياتي في التغير الى الاحسن، وهأنذا احتفل بالسنة الخامسة منذ ان انقطعت عن التعاطي. بل تم تعييني مرشدا للمدمنين في نفس المستشفى الذي كنت اعالج فيه.

يشاركنا في الحوار أحد اعضاء جماعة «المدمن المجهول» فيقول مبتسما: لقد اكتشفت ان زوجتي تحبني فعلا، فقد صبرت على ادماني وكانت تدفعني وتشجعني على الاقلاع والتوقف.

ويضيف: أقول الحق، لقد استفدت فعلا من برنامج «المدمن المجهول» وجعلني اكتشف أمورا كانت غائبة عني بسبب المخدرات، أما الآن فهأنذا أعيش حياتي سعيدا بعائلتي والحمد لله.

ويبدو ان الحوار قد شجع الموجودين على الكلام حيث شاركنا (بويوسف) بقوله: «يكفيني من البرنامج انه علمني كيف أحب نفسي، نعم، وهذه ليست أنانية. يقول بويوسف. ولكن المدمن عندما يحب نفسه يبدأ في ابعاد المفاهيم الخاطئة التي كانت مسيطرة على عقله وبالتالي يبدأ في العودة الى حياته الطبيعية وتقبل واقعه.»

الدعم والتشجيع

■ بعد ذلك عدت بالسؤال الى بوهاشم وقلت: هل هناك ماينقصكم؟

● فأجاب: ان ما ينقصنا هو الدعم والتشجيع، فنحن ندعو جميع الناس افرادا ومؤسسات إلى ان يكونوا اصدقاء للجماعة، هذا الدعم هو الذي نحتاج إليه فعلا، فنحن لا نطالب بدعم مادي بل معنوي يدفعنا لمواصلة مسيرة «المدمن المجهول»، هذا ما نحتاج إليه ليس اكثر.

ثم أردف قائلا: يمكن للجمهور ان يحضروا الاجتماع المفتوح وهو اجتماع يحضره غير المدمنين ليتعرفوا على البرنامج وعلى نشاطات جماعة «المدمن المجهول».

ويضيف: يعقد هذا الاجتماع مساء كل يوم خميس من كل اسبوع من الساعة ٥٫٣٠ الى الساعة السابعة، صدقوني. والكلام له. اننا عندما نرى اصدقاء جددا من غير المدمنين معنا في الاجتماع نشعر بدافع قوي لا تتصورونه.

ويسكت قليلا ثم يواصل حديثه: كما ان قنواتنا مفتوحة للجميع فأي استفسار أو اقتراح بامكان أي شخص الاتصال بنا على الخط الساخن (٢٤٠٠٠٥) ونحن مستعدون لتقديم المساعدة والمشورة.

ولنا كلمة

هذه مجرد محاولة لايصال صوت جماعة «المدمن المجهول» إلى المجتمع عبر صحافتنا المحلية، غير انه لدينا بعض الملاحظات التي قد تكون نقاطا مهمة بالنسبة للجماعة من جانب ومؤسسات القطاعين العام والخاص من جانب آخر.

وأولى تلك النقاط تخص مقر الجماعة حيث إنه في حالة يرثى لها، بل ان شكله بالفعل يشبه احد أوكار المدمنين، فالمكان ضيق جدا وبالكاد يسع الموجودين الى جانب انه في مبنى يفتقر الى التهوية الصحية، لذا نرجو من وزارة العمل والشئون الاجتماعية الالتفات الى هذه النقطة المهمة، علما بأن جماعة «المدمن المجهول» لن تكلف الوزارة شيئا سوى البحث عن مقر أفضل فقط، اذ انه من مبادىء الجماعة عدم قبول اي مساعدات مادية من خارج الجماعة. أما النقطة المهمة الثانية فنوجهها الى الجمعيات الأهلية ومؤسسات القطاعين الحكومي والخاص ونطالبها بالانفتاح على هذه الجماعة والتعاون معها في نشر الوعي بين الناس والعلاج الناجع لمرضى الادمان، وذلك باستضافة اعضاء الجماعة لعقد الندوات الخاصة بهذا المجال.

كما نطالب المعنيين بمعالجة الادمان بوزارة الصحة بأن يتعاونوا مع هذه الجماعة، اذ انه من المعروف ان اعضاء هذه الجماعة هم أناس ذوو خبرة في عالم الادمان، ولا يفهم المدمن الا مثيله المدمن، فلماذا لا يتم دمج الخبرة مع العلم لصالح اولئك المدمنين الذين لايزالون ضائعين في غياهب الادمان؟

هذه بعض الكلمات التي نود توجيهها من خلال هذا التحقيق لا لشيء سوى الصالح العام، فهل يجد اولئك المكافحون اذنا صاغية؟ نأمل ذلك.

أسعار العملات

بحرين اكسبريس للصرافة بشارع باب البحرين

اسم العملة	سعر البيع	سعر الشراء	سعر التحويل
الدولار الأمريكي	٠٫٣٧٨٠٠٠	٠٫٣٧٧٠٠٠	٠٫٣٧٧٧٥٠
الجنيه الاسترليني	٠٫٦٣١٥٠٠	٠٫٦١٥٠٠٠	٠٫٦٣١٠٠٠
الفارك الألماني	٠٫٢٠٩٥٠٠	٠٫٢٠٥٥٠٠	٠٫٢٠٩٥٠٠
الفرنك الفرنسي	٠٫٠٦٤٠٠٠	٠٫٠٥٧٠٠٠	٠٫٠٦٤٠٠٠
الفرنك السويسري	٠٫٢٥٧٠٠٠	٠٫٢٤٨٠٠٠	٠٫٢٥٩٠٠٠
الين الياباني	٠٫٠٠٣٠٠٠	٠٫٠٠٢٧٠٠	٠٫٠٠٣٠٠٠
الدينار الكويتي	١٫٢٣١٠٠٠	١٫٢٢٣٠٠٠	١٫٢٤٣٠٠٠
الدينار الأردني	٠٫٥٣٠٠٠٠	٠٫٥٢٩٠٠٠	٠٫٥٣٥٠٠٠
الدينار العراقي	٠٫٠٠٠٠٠٠	٠٫٠٠٠٠٠٠	٠٫٠٠٠٠٠٠
الريال السعودي	٠٫١٠٠٧٥٠	٠٫١٠٠٣٥٠	٠٫١٠٠٧٥٠
الريال القطري	٠٫١٠٣٥٠٠	٠٫١٠٣٠٠٠	٠٫١٠٣٧٥٠
درهم الامارات	٠٫١٠٢٨٠٠	٠٫١٠٢٥٠٠	٠٫١٠٢٨٠٠
الليرة اللبنانية	٠٫٠٠٠٢٦٠	٠٫٠٠٠٢٢٠	٠٫٠٠٠٢٧٠
الليرة السورية	٠٫٠٠٧٢٥٠	٠٫٠٠٧١٠٠	٠٫٠٠٧٤٠٠
الجنيه المصري	٠٫٠١٣٠٠٠	٠٫٠١٠٦٥٠	٠٫٠١٢٠٠٠
الروبية الهندية	٠٫٠٠٩٨٥٠	٠٫٠٠٩٨٠٠	٠٫٠٠٠٠٠٠
الروبية الباكستانية	٠٫٠٠٨٨٠٠	٠٫٠٠٨٧٥٠	٠٫٠٠٠٠٠٠
الروبية السيلانية	٠٫٠٠٧٠٠٠	٠٫٠٠٦٨٥٠	٠٫٠٠٦٩٣٠٠
البيسو الفلبيني	٠٫٠٠٩٩٠٠	٠٫٠٠٨٤٠٠	٠٫٠٠٩٨٠٥
التومان الإيراني	٠٫٠٠٠٠٠٩	٠٫٠٠٠٠٠٠	٠٫٠٠٠٠٠٠

أسعار الذهب

حلف اكسبريس للمجوهرات: المكتب الرئيسي عمارة سوق الذهب تبديع السماك والفعلات الذهبية والمجوهرات جملة ونجزئة . تليفون فاكس ٢٥٨٢٥٨

وزن الذهب سبائك وعملات	سعر الذهب بالدينار البحريني
جرام الذهب البحريني عيار ٢١ (بدون المصنعية)	٠٠٣.٢٠٠
خمسة جرامات	٠٠٧٠.١٥٠
عشرة جرامات	٠٠٠٣٩.٠٠٠
عشرون جراما	٠٠٧٥.٢٥٠
أونصة الذهب	٠٠٦١٦.٠٠٠
خمسون جراما	٠١٨٤.٥٠٠
مائة جرام	٣٦٧.٥٠٠
خمس تولات	٠٢١٥.٥٠٠
عشر تولات	٠٤٣٠.٥٠٠
كيلو الذهب	٣٦٢٥.٠٠٠
كنج جورج ٨ جرامات	٠٠٢٦.٧٥٠
كنج جورج ٤ جرامات	٠٠١٤.٠٠٠
ربع كنج ٢ جرام	٠٠٧.٥٠٠
ليرة تركية ٧.٢٠ جرامات	٠٠٢٤.٢٥٠
نصف ليرة تركية ٣.٦٠ جرامات	٠٠١٢.٧٥٠
ربع ليرة تركية ١.٨٠ جرام	٠٠٧.٠٠٠

رئيس فنزويلا يدافع عن زيادة إنتاج النفط ويهاجم نظام الحصص

كراكاس /رويترز/ قال الرئيس الفنزويلي رفائيل كالديرا ان الهبوط الحالي في اسعار النفط لا يرجع الى زيادة انتاج بلاده وانتقد نظام الحصص الذي تتبعه منظمة اوبك ووصفه بانه نظام عفا عليه الزمن. وقال كالديرا دفاعا عن سياسة بلاده في انتاج النفط لزيادة نصيبها من السوق حتى مع استمرار انخفاض اسعار النفط «علينا ان ندرك ان اوبك لم تعد لها السيطرة التي كانت تتمتع بها على السوق».

سوق البحرين للأوراق المالية

النشرة اليومية لحركة الأسهم المتداولة ليوم الخميس ١٢ مارس ١٩٩٨

مؤشر البحرين			٢١٧٦.٦٦ نقطة		التغير -٩.٨٧- نقطة			
الشركات المساهمة العامة	كمية الأسهم	عدد الصفقات	أسعار فترة الأقفال الأعلى	الأدنى	سعر الاقفال السابق	الفرق	آخر عرض	آخر طلب	سعر / العائد	الأرباح الموزعة/ السعر	السعر/ القيمة الدفترية
قطاع البنوك التجارية			المؤشر: ١٨٣٢.٥١	نقطة	التغير -١.٥٨- نقطة						
بنك البحرين الوطني	١٠٫٠٠٠	١	٠.٤٦٤	٠.٤٦٤	٠.٤٦٤		٠.٤٦٢	٠.٤٦٤	١٣.٦٥	٪٥.٣٩	٢.٠٠
بنك البحرين والكويت	٣٠٫٠٠٠	٢	٠.٢٨٠	٠.٢٨٠	٠.٢٨٠	—	٠.٢٨٠	٠.٢٨٨	١٥.٠٩	٪٤.٢٩	٣.٠٧
البنك الأهلي التجاري	٢٦٥٫٠٠٠	٨	٠.٤٢٠	٠.٤١٨	٠.٤٢٠	---٠٠٠٢	٠.٤١٨	٠.٤١٦	٩.١٩	٪٨.٧٤	١.٣٩
بنك البحرين الإسلامي	٣.٣٢٠	٢			٠.٢٠٧		٠.٢٠٠	٠.١٩٠	١٤.٢٩	٪٥٫٠٠	٦.٤٤
البنك البحريني السعودي	١٠٫٠٠٠	١	٠.١٧٢	٠.١٧٢	٠.١٧٢	---٠٠١٠	٠.١٧٢	٠.١٧١	١١.٠٨	٪٥.٢٣	١.٦٧
المجموع	٣١٨٫٣٢٠	١٤									
قطاع البنوك التجارية والشركات الاستثمارية			المؤشر: ٣٥٧٣.٧٣	نقطة	التغير - نقطة						
المجموعة الخليجية للعمال			٠.١٦٦					٠.١٧٠	١٦.٨٢		١.٣٠
المؤسسة العربية المصرفية (بالدولار)	٩٫٠٠٠	١	١٠.٨٠	١٠.٨٠	١٠.٩٠	---٠٠١٠	١٠.٨٠	١١.٠٠	٨.٣٧		٠.٦٥
بنك الخليج المتحد			٠.٢٠٤		٠.٢٠٤			٠.٢٠٤	٢٧.٣٨	٪٣٫٠٠	١.٩٥
بنك البحرين الدولي	٣٢٥٫٠٠٠	٥	٠.١٧٩	٠.١٧٩	٠.١٧٩		٠.١٧٩	٠.١٨٠	١٥.٧٧	٪٥.٧٧	١.٧٧
بنك انفستكورب (بالدولار)	٣٩٫٥٤٩	٤	٣.٣٤	٣.٣٤	٣.٣٤		٣.٣٤	٣.٣٦	١٤.٧٨	٪٣.٢٥	٢.٠٩
بنك البحرين والشرق الأوسط	٣٥٠٫٠٠٠	٤	٠.١٨٨	٠.١٨٨	٠.١٨٨			٠.١٨٨	١٧.٦٤		١.٠٧
الشركة الخليجية المتحدة للتصنيع	٤٥٫٠٠٠	٣	٠.٢٣٢	٠.٢٣٢	٠.٢٣٤	---٠٠٠٢		٠.٢٣٤	٢١.٠٩	٪٣.٤٥	١.٤٤
بنك طيب (بالدولار)			٠.٥٧٥					٠.٥٥٠	٣٩.٣٠		٠.٧٠
مصرف فيصل الإسلامي (بالدولار)			١.١٠					٩.١٢	١.٠٧	٪٥.٤٥	٠.٨٩
الشركة العمانية للتنمية والاستثمار (اومينفست)			٢.٠٦						١٤.٧٣	٪٣.٣٣	١.٧٧
بنك عمان التجاري	٧٦٣.٦٤٩	١٧									
المجموع											
قطاع التأمين			المؤشر: ١٥٨٧.٢١	نقطة	التغير -١١.١٩- نقطة						
شركة البحرين للتأمين	٤٠٫٠٠٠	٤	٠.٣٦٨	٠.٣٦٤	٠.٣٦٤	---٠٠٠٤	٠.٣٦٦	٠.٣٦٢	٩.٩٧	٪٤.٨١	٠.٩٦
الشركة البحرينية الكويتية للتأمين			٠.٣٤٠				٠.٣١٤	٠.٣٤٦	١٢.٤٦	٪٥٫٠٠	١.٠٩
شركة التأمين الأهلية			٠.١٧٥						١٤٩.٥٧		١.٣٠
الشركة العربية الدولية للتأمين			٠.٠٩٤						١٩٧.٨٦		٠.٩٩
شركة اتحاد الخليج للتأمين			٠.١١٥						٢٣.٥٢		١.٠٧
الشركة الوطنية للتأمين	٢٢٫٩٣٤	٣	٠.٣١٤	٠.٣١٤	٠.٣١٦	---٠٠٠٢	٠.٣٢٠	٠.٣١٤	١١.١٤	٪٥.٧٣	١.٠٢
شركة البحرين الإسلامية للتأمين	١٠٫٠٠٠	١	٠.٢١٦	٠.٢١٦	٠.٢١٦		٠.٢١٨	٠.٢١٤	١٢.٦٥	٪٤.٦٣	١.٨١
المجموعة العربية للتأمين	١١٨.٢٥٦	٥	١.٥٣	١.٥٣	١.٥٣		١.٥٤	١.٥٤	١٢.١٩	٪٧.٨٤	١.٠٣
المجموع	١٩١.١٩٠	١٣									
قطاع الخدمات			المؤشر: ١٦٠٠.٧٥	نقطة	التغير -٢٣.٧٠- نقطة						
شركة البحرين لتصليح السفن والهندسة			٠.٥٣٠					٠.٥٣٠	١٤.٢٦	٪٦.٦٠	٠.٩٢
شركة البحرين للسينما	٢٠٫٠٠٠	٢	٠.٧٠٥	٠.٧٠٠	٠.٧٠٠	---٠٠٠٥	٠.٧٠٠		٢٥.٠٩	٪٤.٢٩	٣.١١
الشركة الوطنية للاستيراد والتصدير			٠.٧٧٠				٠.٧٧٥	٠.٧٧٠	١٤.٢١	٪٥.١٩	٢.٣٤
الشركة العامة للتجارة وصناعة الأغذية	١٫٠١٦	١	٠.٢٣٦					٠.٢٣٦	١٧.٣٣	٪٣.٨١	١.٩١
شركة البحرين للملاحة والتجارة الدولية			٠.٩٢٠				٠.٩٦٥	٠.٨٨٠	٢١.٠٦	٪٥.٥٦	٥.٠٨
شركة البحرين للاتصالات (بتلكو)	١٤٢.٠١٢	٩	٠.٥٧٠	٠.٥١٥	٠.٥١٥	---٠٠١٠	٠.٥٢٠	٠.٥١٠	١٤.٦٦	٪٥.٦٣	٢.٧٣
شركة البحرين لمواقف السيارات	٢٥٫٠٠٠	١	٠.١٦٠	٠.١٦٠	٠.١٦٠		٠.١٦٠	٠.١٦٦	١٢.٥٢	٪٦.٢٥	١.٢٤
شركة مجمع البحرين للأسواق الحرة	٥٫٠٠٠	١	٠.٦٦٠	٠.٦٦٠	٠.٦٦٠		٠.٦٦٠	٠.٦٦٠	٧.٧١	٪٦.٠٦	٣.٥٣
المجموع	١٩٣.٠٢٨	١٤									
قطاع الصناعة			المؤشر ١٥٧٩.١٤	نقطة	التغير						
شركة مطاحن الدقيق			٠.١٧٢					٠.١٧٥	١٣.١١	٪٦.٨٨	٠.٩٦
شركة البحرين للصناعات الخفيفة			٠.٠٧٠				٠.٠٧٥		٣٤.٤٨		١.٠٣
شركة ديلمون للدواجن			٠.١٨٣				٠.١٨٩	٠.١٨٦	١٥.١٦	٪٦.٥٥	٠.٩١
شركة اسمنت عمان											
المجموع											
قطاع الفنادق والسياحة			المؤشر: ١٤٩٨.٣٩	نقطة	التغير						
شركة فنادق البحرين			٠.٢٤٠				٠.٢٤٠	٠.٢٣٦	١٤.١٥	٪٤.١٧	١.١٠
شركة الفنادق الوطنية			٠.١٠٠						٣٤.٢٥		٠.٥٧
شركة البحرين للسياحة	٢٠٫٨٠٠	٣	٠.١٤٥						١١.٧٩	٪٦.٩٠	٠.٧٣
الشركة البحرينية للترفيه العائلي	١٫٠٠٠	١	٠.٠٦٩					٠.٠٧٠	٣٥.٩٤		٠.٦٦
المجموع	٢١.٨٠٠	٤									

إجمالي كمية الأسهم المتداولة ١.٨٨٧.٩٨٧ إجمالي قيمة الأسهم المتداولة ٥٣٧.٤٩٨.١٩٣ اجمالي عدد الصفقات المتداولة = ٦٢

شركة بنك البحرين والكويت للخدمات المالية ٢١٢٨٠٨

أسماء الدلالين			
العربية المصرفية للأوراق المالية	٢٢١٠٨٧	مكتب يوسف العجاجي	٢٥٦٠٣٥
شركة طيب للأوراق المالية	٢١٢٩٢٩	الجوهرة للأوراق المالية	٢٧٥٧٧٧
شركة الخليج للأوراق المالية	٢٧٢٥٧٨	مكتب ناصر خسرو	٢٧٠٩٦٩
مكتب عبدالله زين العابدين	٢١٤٧٣٨		

رموز روتر BSXA BSXB BSXC BSXD BSXE BSXF

م.ن.م.

أو مجموعة المدمن المجهول

نحن مسئولون عن الإدمان وليس المجتمع

كتبت - بروين نصر الله :

قبل فترة التقينا مع مجموعة من المدمنين . حديثهم كان يفيض بالشكوى من موقف المجتمع السلبى منهم . في هذا التحقيق نلتقى مع مجموعة لها اتجاه مختلف .. مجموعة تعتمد مبدأ الاعتماد على النفس .. وتقول نحن المسئولون عن مشكلتنا وعلينا ان نحلها ..

يارب امنحنى الصفاء والهدوء والسكون لأتقبل الأشياء التى لا استطيع ان أغيرها . واعطنى الشجاعة والجرأة لكي أغير الأشياء التى استطيع ان أغيرها .. وانعم علي بسداد العقل لافرق بين الصالح والطالح ..

هكذا يبدأ أعضاء جمعية مدمنى الكحول والمخدرات دعاءهم كلما يلتقون في محاولة لتحمل مسئولية ادمانهم ، لا كما يرجع كثيرو الادمان الى أسباب اجتماعية واقتصادية .. فهم يرون بأنهم وحدهم المسئولون عن ادمانهم انهم يفعلون ذلك ثم يلجأون البرنامج الذي يسيرون عليه وهو برنامج المدمن المجهول .

اعترافات

التقيت بهم عدة مرات اثناء مزاولتهم البرنامج الذي يتحدثون فيه عن تجاربهم واعترافاتهم والاحداث التى واجهونها يوميا ويتغلبون عليها دون اللجوء الى المخدرات .

وهذه أحاديث بعضهم :

علي قال : لقد ادمنت الكحول والمخدرات وبدأت قصتى معها نتيجة خلاف تافه بينى وبين والدي كان عمرى آنذاك ١٨ عاما وقد منعنى والدي في احد الأيام من لعب الكرة فخرجت من المنزل واقترت الخمر ثم المخدرات .

عانيت كثيراً من الشراب والمخدر واعتقدت اني المسكين الذي لا يساعده احد .. عشت لاتعاطى واتعاطى لاعيش .

في العشر سنوات التى كنت أتعاطى فيها عانيت من الكحول أكثر من المخدرات وأدمنته بصورة أكبر ظناً بأنه أسهل من المخدرات وان الكثيرين يتعاطونه وان ضرره أقل .. واتبعت الأسلوب ذاته مع المخدرات فاقنعت نفسي بأن الكثيرين يتعاطون ولست وحدى ومن أجلها تغيرت كل مبادئي .. فتخليت عن أهلي واحبابى وكل من حولى .

فعندما تعاطيت الكحول لم أكن أتوقع أنى سأصبح مدمنا .. بدأت بتجربته فاقع الفضول وأحد اعذارى للتعاطى انه يوجد أحد يفهمنى في المنزل مع أن أهلي كانوا يحبوننى كثيراً .. كنت أحاول أن ألفت نظر أهلي إلي لم يهمنى لماذا أتعاطى ،

حب من نوع آخر

بعد أن التحقت بالجمعية شعرت بالحب لها .. مع أن أهلي كانوا يحبوننى لكن هذا الحب كان يساعدنى على التعاطي أما هنا فان الحب من نوع آخر فهو يساعدنى على التعافى ودون مقابل .. وعرفت أشياء كثيرة عن طريق برنامج المدمن المجهول في الجمعية أشياء تناسبنى وبمساعدة البرنامج صرت أثق بنفسى . في السابق كنت أخاف من الناس وكان قلبي يدق عندما أواجههم أما اليوم فلا أخاف لأن معي مجموعة من المدمنين الذين استطيع ان انقل اليهم احاسيسي ويتجاوبون معها ، أنا اليوم أقوى من المخدر وأصبحت في وضع أفضل ، لقد تحسنت علاقتى بأسرتى وأصبحت أهتم بالفرائض الخمس ، وواجباتى الدينية ، وأتعامل مع الناس بشكل سليم وأتأقلم معهم .. لقد تعافيت بفضل البرنامج ، صرت اليوم شخصاً آخر أستطيع أن أواجه الظروف الصعبة

وأعيش حياة جيدة مع شريكة حياتى ، أنا معها أقوى من المخدر أقف بجانبها وليست هى التى تقف بجانبى أنا .

تعافيت اذن انا أقف معها ومع أعضاء الجمعية . استطيع ان أعبر عما في داخل نفسى وأعترف بكل شيء عن حياتى للمرشد النفسي .

أصبحت كذابا

سلمان قال : مع الأسف تعاطيت المخدر في سن الخامسة والعشرين عام (١٩٨٦) وكنت متزوجا وأبا لطفل . كنت أعرف ضرر المخدر وتعاطيته وذلك عندما اتصل بي صديق ودعانى لتجربة « شيء » يعدل المزاج فجربت ذلك الشيء فاعتدل مزاجي .. في البداية قدمه مجاناً ثم طلب منى عشرة دنانير قلت له انه مرتفع الثمن ولن أشتريه لكنى لم استطع . وهكذا أدمنت الى عام ٨٩ وهنا تغيرت تصرفاتى أصبحت مراوغاً كذاباً من أجل أن أحصل على النقود وأشترى المخدر . استغليت زوجتى وأصدقائي طلبت منهم النقود وادعيت المرض لي ولابني .. كنت عندما أحصل على المخدر أوزعه على أصدقائي وهم يفعلون نفس الشيء يساعد بعضنا البعض في التعاطي . ثم قررت أن أتعالج . استصعبت العلاج لكنى واصلت واعتقد ان الارشاد النفسي هو الذي يقود الى

وهذه الجمعية تأسست بفضل أطباء الطب النفسى وهناك اتصالات بيننا وبينهم والحمد لله عندما انضممت الى الجمعية شعرت بالارتياح لأننى أستطيع أن أقول فيها كل شيء عن نفسى ولا يتضايقون مني وهم يساعدونني على التعافي يوميا وبدأت أتعافى والحمد لله .

عادل :

غير هام عندي كيف أتعاطى وكيف خسرت أموالي من أجل المخدرات والكحول لكن يهمني أن أذكر أننى بسببها دخلت السجن ونبذنى أهلي .

كنت أجعل الاسرة والمجتمع المسئولية وانتقد علاج المستشفى وعندما التحقت بالجمعية شعرت بأننى المسئول عما أصابنى وعلي ان أواجه المشكلة بنفسي .

لو لم التحق

صممت على ألا أتعاطى وتعافيت وقد حصلت مؤخراً على عمل وبعد أسبوعين فصلونى لانى لم أنجز المعاملة في وقتها فلو لم التحق بالجمعية لرجعت الى المخدرات عندما فصلونى لكن بما أننى عضو بالجمعية فاننى متمسك ببرامجها وأقاوم فكرة الرجوع الى المخدر حين تراودنى ، فالتفكير في العودة الى الادمان تلازم المدمن لكن حين يجلس مع أعضاء الجمعية ينصرف عن هذا التفكير لأنهم يساعدونه على تخطى المصاعب لمرورهم بتجارب مشابهة .

عدنان :

أنا مدمن كحول ومخدرات وكانت حياتى غير مستقيمة لذلك كان علي أن أقوم بسلوكيات تضمن لي عدم العودة الى المخدر .. أنا لا أتعاطى اليوم وقد توقفت عدة مرات لكن لم أغير تصرفاتي .. لم أحسن علاقتى مع الناس وفقدت الثقة في نفسى ، لم أعترف باخطائي ولم أراجع نفسي لأعرف ان كانت تصرفاتى صحيحة أو خاطئة .. أما اليوم وبمساعدة برنامج المدمن المجهول فانني أصبحت أفضل من السابق لذلك أشكر ربي وأشكر الأعضاء في الجمعية الذين ساعدوني وأعطونى الأمل والثقة واحترمونى كانسان ودلونى على الطريق السوي .. في السابق كنت ادخل غرفا باردة لا حياة فيها ، كنت اتعاطى فيها المخدرات وألوم الناس بأنهم السبب .. عندما التحقت بالجمعية شعرت بأنهم يعرفون كل شيء عنى وبالخطوات المقترحة في البرنامج خفت مشاكلي .. لا توجد مشاكل زائدة .. فاليوم أقوم بعمل الشاي في المنزل وأنظف منافض السجائر فالأعضاء في الجمعية عرفونى على مرضى العقل والجسمى والروحى في البداية قالوا لي سنساعدك وجرب البرنامج واذا لم تستفد منه لا تواصل .. لكن استفدت منه وواصلت وشعرت بالانتماء اليه .

ابتعدت ثم عدت

علي (مدمن كحول) في السابق لم اعرف طبيعة مرضي .. كنت اعاقر الخمر وانتقل من (خرابة الى خرابة) ومن شارع الى شارع ، تركت عملي وساعت علاقتي بأهلي ، صرت أشحذ في الطرقات من أجل النقود وشراء الخمر ثم اتجهت الى مستشفى الطب النفسي للعلاج ، وكنا نجتمع هناك مع الأعضاء . ثم شكلنا هذه الجمعية واستقرينا في هذا المكان وأصبحنا نجتمع يومياً الى ان تعافيت لذلك ابتعدت عن الجميعة لشعوري بأنني لن أعود الى الخمر ، لكن بعد أيام عدت اليها وأصبحت في حال أسوأ من السابق فذهبت الى المستشفى مرة أخرى وتلقيت العلاج وعدت الى الجمعية ، انني لا استطيع ان أعمل جسمى يحتاج الى الخمر لكنى سأقاوم .

التقيت بعد ذلك بأسر المدمنين الملتحقين بالجمعية بهدف التكيف مع حياة المدمن وهؤلاء يجتمعون على حدة مساء الاثنين من كل أسبوع للتحدث حول تجاربهم في كيفية التعامل مع المدمن .

هذه زوجة أجنبية تتحدث عن تجربتها مع الجمعية وكيف ساعدتها في التكيف مع زوجها المدمن فهي تقول : انها ليست المسئولة عن تغيير حياته ولكنها تحاول ان تتكيف مع وضعه .. وتتقبله كما هو مهما كان حجم الألم فهو مريض وإذا لم تتصرف معه بشكل حسن فانها تعد مريضة ايضاً حسب مفاهيم البرنامج لذلك تحاول الشفاء من مرض التدخل في حياة زوجها والسيطرة عليها ..

شعرت انى انانية

تقول السيدة :

لقد التحقت بالجمعية منذ ثلاث سنوات في البداية لم استوعب البرنامج جلست مع نساء يتحدثن عن مشاكل أقاربهن ، شعرت بوجود أشياء في حياتهن مشابهة لحياتى .. فواصلت التردد على الجمعية .. ومن خلالها أدركت بأنى أنانية أريد التحكم في حياة الغير ، لقد تحكمت في حياة زوجى ، كنت أخفى عنه زجاجة الخمر وأتشاجر معه وكانى مسئولة عن حياته .. أدركت أخيراً انه المسئول عن حياته وتحطيمها ، كان علي ان اتدخل في شئون حياته لكن بطريق غير مباشر ، لقد تعلمت من خلال الجمعية ان ليس لي تأثير في حياة الآخرين ، كل واحد يجب ان يعالج نفسه بنفسه زوجى المدمن يعالج نفسه بنفسه وأنا غير المدمنة يجب ان اعالج نفسي الأنانية التى تحاول ان تسيطر على انسان مريض بالادمان وهو زوجى أدركت اننا الاثنين مرضى هو مريض بالادمان وأنا مريضة بالتحكم في شئون حياته وكان علي ان اتكيف مع حياته وأتقبله كما هو ، فهذه حياته وهو مسئول عنها .. أنا الآن أعيش معه وحياتى مستقلة عنه . لكن ليس الاستقلال التام اتعامل معه بالطريقة التى تجعل حياتنا معا ليس فيها كل الألم . لقد علمت أطفاله ان يتقبلوه أيضاً كما هو وقد أصبح الآن في وضع أفضل .. تركته لحاله حتى يشعر بتانيب الضمير .. واعتمدت على نفسى في تصريف أموري مادام هو مصاب بمرض الادمان .. هو طبيب حين لا يتعاطى الكحول .

اقول لها : هناك مدمنون يصرفون رواتبهم على الكحول وتظل الزوجة بدون نفقة ويتصرفون بشكل غير لائق ؟

فترد : لا أدرى ظروف الآخرين أما أنا فانى عاملة واستطيع أن أدبر أمورى مستقلة عنه .

بعض النساء لا يتحملن تصرفات الزوج المدمن فيقررن الانفصال عنه ما رأيك ؟

كل انسان يتعامل مع الآخرين حسب ما يشاء لكنى لا أحب ان اترك زوجى المدمن وعلي ان أعالجه بطريقة غير مباشرة أو أتكيف مع حياته وهذه تجاربي لك ان تتقبليها أو ترفضيها .

لقاءات ولقاءات

الجدير بالذكر ان جمعية المدمن المجهول تضم أعضاء من مختلف الجنسيات وتتخذ من المنامة مقرا لها ويلتقى الأعضاء مساء ، وهناك لقاءات مفتوحة يدخلها الناس "العاديون غير المدمنين وأخرى مغلقة وخصص مساء الثلاثاء لأسر المدمنين .. والأعضاء يتحدثون عن تجاربهم ومشاكلهم وكيف انهم استطاعوا التغلب على الادمان يوما بعد يوم . أما أسرهم فانهم يتحدثون حول كيفية التعامل مع المدمن بحيث يكيف حياتهم معه لا يتدخلون في شئونه ومحاولة تأنيبه فهذه حياته ومسئول عنها وتحاول الأسرة التأثير عليه بطريق غير مباشر إن أمكن .. والمدمن يرى بأن حالة الادمان تعاوده حتى ولو أقلع عن الكحول أو المخدرات لذلك فهو يقول : أننى تعافيت ويشكر ربه والبرنامج الذي أرشده الى التعافى .. والبرنامج يطلق عليه برنامج المدمن المجهول .. للذي يدمن الكحول والمخدرات .. وهو برنامج عالمى يوجد مثله في بلدان عربية وغربية ويتخذ الأعضاء طابع السرية ويطلقون على أنفسهم أسماء مستعارة ولا يحاول كل منهم التدخل في شئون الآخر والكشف عن شخصيته الا اذا عرف نفسه بنفسه .. والمدمن يحاول ان يتحمل مسئولية ادمانه كاملة ولا يلقى باللوم على الأسرة أو المجتمع وذلك وفق البرنامج ويحاول ان يتردد علي الجمعية حتى إذا تعافى كى لا يراوده التفكير في المخدر مرة أخرى .

لا وعظ

يبدأ سير البرنامج اليومى بقراءة الدعاء ثم المذكرة الخاصة بالبرنامج وهناك (١٢) مبدأ يحاول الاعضاء قراءة كل مبدأ منه بتأن .. ثم يبدأون أحاديثهم عن تجاربهم ليستفيد منها غيرهم .. وهم لا يحبذون النصح والارشاد والتوجيه من الآخرين بل يسيرون وفق برنامج المدمن المجهول وارشاداته .

والبرنامج يؤكد بأنه ليست له أهداف مادية وهو يتألف من رجال ونساء أصبحت المخدرات تشكل بالنسبة لهم مشكلة رئيسية .

نحن مدمنون نتعافى .. نتقابل بانتظام للتعاون سوياً في الابتعاد عن المخدر ، ان هذا البرنامج يهدف الى الامتناع التام عن التعاطى ، اننا نقترح عليك تقبل الافكار المكتوبة بشكل مبسط بحيث يمكننا اتباعها في حياتنا اليومية وان من أهم ما يميز هذه الخطوات هى أنها فعالة ..

لا توجد هناك أية روابط متصلة بالمدمن المجهول فنحن لا نمت بصلة لأية مؤسسة ولا نطالب بأية رسوم أو مستحقات ولا بتوقيع أية تعهدات .. ولا نعطي وعوداً لأي كان ، ان برنامجنا غير مرتبط بأية جماعات سياسية أو دينية أو قانونية ولا نخضع لأية رقابة في أي وقت من الأوقات .. ان برنامجنا مفتوح أمام الجميع بغض النظر عن العمر أو السلالة أو الجنس أو العقيدة أو الديانة .

ومن المبادىء التى أوردها البرنامج أن الشرط الوحيد للانضمام الى العضوية هو الرغبة في التوقف عن التعاطى .

ان لكل مجموعة هدفا أساسيا واحدا هو حمل الرسالة الى المدمن الذي مايزال يعانى :

ان جماعة المدمن المجهول يجب الا تستخدم اسمها عند ضمان أو تحويل أو قرض أي خدمات متعلقة أو متشابهة الى المؤسسات الخارجية وذلك مخافة الوقوع في مشاكل مالية أو عقارية أو مشاكل متعلقة بالشهرة والتى ستؤدى الى ابعادنا عن هدفنا الاساسى ..

وهناك مباديء أخرى مدونة في المذكرة الخاصة بالمدمن المجهول ..

لا نتضايق من بعضنا

سالت الأعضاء في المجموعة .. الا تتضجرون من الحديث في نفس الموضوع باستمرار ؟

فأجابوا لا نتحدث عن هذا الموضوع باستمرار لكن بما ان الادمان يظل يراود المريض فاننا نتحدث في الموضوع لنستفيد من حولنا الكل يوجه الآخر بطريقة صحيحة ويستمع اليه حيث أننا نعرف مشاكل بعضنا ولا نتضايق من بعضنا .

يعكس المجتمع الذي يتضايق منا . نحن هنا موجودين للعمل وفق البرنامج ولا ننشذ عنه والجمعية تضم أعضاء قدامى وجددا وكل يشرح للآخر تجربته وهناك من قطع أشواطاً في اتخاذ الخطوات المذكورة في البرنامج واستفاد منها فقد مضى على البرنامج عدة سنوات .

ومستشفى الطب النفسى على دراية بهذا التجمع وتتعاون معنا وتناشد المدمنين بالانضمام الينا لأن البرنامج أفادنا كثيراً فهو برنامج يعالجنا من الجانب النفسي فالادمان ليس مرضاً جسمياً فقط وانما مرض نفسي أيضاً فاذا رغب مدمن أن ينضم الينا دلوه على مجموعتنا . كما نود ان نوجه الشكر الى المرشد النفسى بمستشفى الطب النفسى الذي قادنا الى التعافي اكثر من الحقن والادوية ..

هل من هوايات اخرى تزاولونها ؟

هواياتنا نزاولها في أماكن أخرى أما خلال البرنامج فاننا نهتم بمشكلة الادمان والوقت المحدد فيه ودعت جماعة مدمنى الكحول والمخدرات على أمل اللقاء بهم في زيارات قادمة للاحظة تطوراتهم بعد ان لاحظت شدة اصرارهم على التمسك بالبرنامج والاقتناع التام به كطريق يؤدى الى التعافى ..

آثار غرزات الابر بالاضافة الى وجود وشم صغير على كتفه.
التقيت به في (حجرته) بحجمها المتواضع وتلفزيونها الفخم بالاضافة الى وجود بعض الضربات القوية على ديكور الحجرة، مما ادى الى تهشمها، وتخريبها.

بدأ حديثه وقد اشعل سيجارة كانت بيده وبدون تردد قال: نعم انا مدمن مخدرات احسست بحاجته لان يكلم احدا ليشكي له همومه ومشاكله وزاد على قوله: في البداية لم تكن لي اي صلة بالمخدرات وانواعها، ولكن كان لي صديق عزيز اخذني مع ان تايلندا وهناك تعرفت على بعض المواد المخدرة هكذا حتى تطورت الامور وقمنا باستعمال الابر والحشيش والهيروين، وهكذا حتى ادمنت عليها ولا استطيع الانقطاع عنها، وهذا مما سبب لي المشاكل مع عائلتي واهل بيتي، فهل تصدق والحديث له - انني كنت محبوبا من جميع عائلتي واهل قريتي بدرجة لا يمكن تصورها، حتى انني ادخل اي بيت في الحي الذي اعيش فيه من دون استئذان ولكن عندما حدثت اول قضية لي وسمعوا عن امر المخدرات لم يصدق اي فرد في قريتنا واهل بيتي، ومن هذه القضية تأثر الوالد والوالدة وجميع عائلتي وكانت النصائح توجه لي منهم يوميا، ولكن دون جدوى لانني بصراحة اصبحت لا اتقبل اي نصيحة واصبح التفاهم معي صعبا لدرجة ان جميع من يعيش معي من اخواني والوالد لا يتكلمون معي فعلاقتنا ضعيفة جدا، خصوصا بعدما تكررت القضايا التي علي وقمت اسبب لهم المشاكل في البيت.

ويسوق مثالا على واحدة من القصص التي حدثت في البيت واثرت فيه كثيرا منذ ادمانه قائلا «في احدى الليالي تناولت ثمان حبات مخدر من نوع (برتيزل) والحبة الواحدة منها تكفي لاعطائي الراحة التامة ولكن لحبي الشديد لهذه النوعية من الحبوب تناولتها جميعها على دفعات واستعملت حقنه مخدرة ايضا وفي هذه اللحظة لم اكن في وعيي ولم افق الا واخي وزوجته والوالدة يكسرون باب الحمام علي، ولما رأت والدتي هذا المنظر والابرة بيدي وحالتي يرثى لها، اغمي عليها وحدثت مشادة كلامية بيني وبين اخي ادت في النهاية الى شجار عنيف بيني وبينه.

هذا الموقف اثر في الى حد كبير .. تصور شخصا تدخل عليه امه وهو بنفس الحالة التي دخلت على فيها امي .. آه لا اريد ان اتذكر..».

ويضيف: اعترف باننا ندمر انفسنا، ولكن ما هو السبب؟

الحالة (2) ج. أ. مدمن مخدرات:

كان مرتديا قميصا فضفاضا وبنطلون جنيز تفوح منه رائحة السجاير .. عيناه محمرتان وآثار الابر واضحة على يده بشكل ملفت للنظر .. ومن الحين الى الاخر تنتابه بعض الهزات في رأسه واثناء حديثه كان دائم الترديد لبعض الكلمات المبهمة. جاء للقاء وهو مترديد بعض الشيء من الحديث لاعتقاده بعدم جدوى الحديث..

يقول: «لم الجأ الى هذا المخدر اللعين الا بعد ان ضاقت الدنيا بي، واشتد بي السأم والملل، فانا منذ ان تخرجت 1983 لم اجد حتى هذه الساعة اي فرصة في العمل، ومادام هكذا الوضع معي، فلم يكن لي سبيل للخروج عن همومي الا هذا المخدر .. فالمشاكل التي تحيط بي كثيرة وجلبت لي الهموم، كهموم البطالة والتي كانت السبب الرئيسي للجوئي الى المخدرات، وسببت لي المشاكل الكثيرة مع الاهل والعائلة. فمنذ عرف عني اهل البيت انني اتعاطى المخدرات وهم يعاملوني كحيوان يتربى عندهم في البيت يصرفون عليه، وخصوصا انهم وجدوا في بطالتي ذريعة لمعايرتي بعدم رجولتي وانني شخص غير متحمل اي مسئولية..

لا يمكن ان يمر يوم دون ان تكون هناك مشادة كلامية اي مشاجرة بيني وبين احد اخوتي، ففي بداية معرفتهم بامري، وجهوا لي النصائح يوميا خوفا علي ولكن انا بطبعي لم اتقبل منهم اي نصيحة فكان كل ما يقولونه لي في اعتقادي انه كلام خاطىء واعتقدت ان ما يعملونه لي هو بدافع الكره الشديد لي».

ويضيف: «ولما استمر الحال على ما هو ولم تجدي نصائحهم معي، بدأت الثقة - التي منحوني اياها او ابقوا على حدها الادنى من قبل - تختفي رويدا رويدا، واصبحوا لا يثقون بي، فاحيانا ادخل البيت وانا في حالة تعاطي بعد منتصف الليل، فكان اخي ينصحني بعدم الدخول الى البيت وانا في هذه الحالة لان البيت له حرمة وفيه نساء .. وكنت لا اتقبل هذا الكلام فتحدث مشاجرة بيني وبينه عنيفة. والوالد والوالدة ليس بمقدورهما عمل اي شيء فهما خائفان علي، فكل ما يعملانه لي هو توجيه النصائح والارشادات يوميا.

واذكر ان هناك موقفا مؤثرا جدا حدث لي مع اختي حين دخلت البيت وانا في حالة غير مرضية بالنسبة لهم وبشكل لا شعوري قاموا ووقفوا في وجهي خاصة وان جميع اصدقائي الذين لهم علاقة بالمخدرات قد تركوها وطال الكلام وبالنهاية ادى الى مشاجرة عنيفة بيني وبينهم واغمي علي والدتي التي كانت تراقب الموقف في الحال».

شعور بالذنب في السجن

لم يكن في حالة طبيعية فكان قليل الكلام وكان شيئا ما يلاحقه ، فتارة ينظر يمينا بعينيه الزائغتين وتارة الى الاعلى وبين الحين والاخر يشد على جلبابه الطويل والسروال السوري، وقال (ص.م) مدمن مخدرات .. بكل صراحة، لن استطيع ان اجيبك على كل ما تريد لاني بحاجة الى ان ارتاح واشعل سيجارة بين يديه ليهدىء من الحالة العصبية التي هو فيها.

وقف امامي يرتجف كان مظهره الرث يوحي بالشفقة ، وعيناه شاحبتان وشعره منفوش ونظرائه حائرة تخفي اسرارا دفينة وتخفي معاناة تراكمت مع الزمن الذي لا يرحم واثار التشرد تبدو على محياه.

طلبت منه الحديث، فابتسم مداريا ارتباكه وحالته العصبية فقال:

«صادقني بعض الاشخاص حيث دلوني على هذا المخدر الذي اقنعوني بان يذهب الهم ويجلب الراحة للانسان.. لم اتردد في تعاطي المخدر وقتها كنت قد خرجت لتوي من السجن ولما عرف الاهل عني اندهشوا في ذلك، وفور معرفتهم بهذا الامر تبدلت معاملتهم لي فصحيح انه من

ولما يفصل الاهل مني حدثت مشادات ومعارك عنيفة بيني وبين اهلي توصل احيانا الى اسالة الدماء والضرب المبرح بيني وبين اهلي.

ويقول: لقد اصبحت المخدرات في شيئا اساسيا في الحياة استعملها في كل وقت واذا لم استعملها احس بالتعب الشديد.

شمام..

استقبلنا في بيته وكان يرتدي ملابس فاخرة وتبدو عليه ملامح الثراء، عيناه شاحبتان تهتز شفتاه من حين لاخر، جلس يترنح كانه متعب يريد ان يرتاح وبدأ يتحدث بلهجة تطول فيها الكلمات وبدى وكانه يريد ان يقص علينا سيرته كاملة، ولكنه لم يقدر على ذلك، فهو ينتقل من موضوع الى اخر ثم ينسى اين يتوقف واستطعت بصعوبة ان اجمع الخيوط وانسجها من هذا الموضوع فيقول:

كانت بدايتي مع شم الغراء وشرب السجاير حتى سمعنا من صديق لنا بانه يتعاطى المخدرات فقمنا تدريجيا باستعماله ووقعنا في مصيدة المخدرات.. في بداية الامر لم يكتشفوا امري ولكن جاءهم احساس بذلك وخصوصا بعد كثرة غيابي وطول السفرات الى الخارج، ففي احدى المرات منعوني من السفر الى احدى الدول وانا حتى تلك اللحظة لم اتعاط المخدرات ولكن بسبب اصرارهم على عدم السفر صممت بدوري على السفر وقد حدثت بعد ذلك مشاكل عديدة مع اخي وابي تنتهي بالشجار بالايدي والضرب.

اعترف ان اهلي لم يقصروا في حقي، فوفروا لي كل ما اطلب من سيارة واموال بشرط ان ابتعد عن ذلك الطريق واصحاب السوء، ولكن كنت اعاندهم في كل مرة ، وخصوصا بعدما اخذوني الى المستشفى طلبا للشفاء ولكني كنت اهرب .. وهذا ما زاد سوء المعاملة من اهلي معي.

وفي احدى المستشفيات الخاصة التقيت برابطة المدمن المجهول واستقبلوني في المقر الذي يجتمعون فيه، وكانت الشعارات التي تتبناها الرابطة (توقف عن التعاطي) معلقة على جدران الغرفة، واشار الى احدهم بالجلوس على احدى الكراسي واثناء جلوسي كان كل فرد منهم يحمل كتابا يحتوي مواضيع لمواجهة اعباء الحياة والظروف التي يمكن ان يواجهوها اثناء معاشرتهم الناس ويتحدث احدهم قائلا اخاف ان اواجه الناس ويتصبب مني العرق احيانا لاحساسي بانني شخص اختلف عن بقية الناس .. احاول ان اكون طبيعيا معهم، ولكن يخامرني الاحساس بانني منبوذ ولا يمكنني ان اواجههم .

ويضيف وهو يشعل سيجارة وينظر الى الكتاب الذي امامه واضعا يده على رأسه بينما جميع الافراد يستمعون له ويتابعون ما يقوله على ضوء ما يذهب له موضوع الجلسة:

توقفت عن تعاطي المخدرات منذ فترة وجيزة ولكن احساسي بعدم ثقة الناس بي مازال يلاحقني وانني احاول مجدا استرجاع الثقة هذه ولكن الناس بطبعهم لا يمكن ان ينظرون الى مدمن المخدرات الا انه شخص حقير لا يمكن التعامل والحديث معه.

سادت لحظة صمت قطعتها بتوجيه السؤال لهم وللجميع حول المعاملة التي يتلقونها داخل اسرهم:

بدا وكان الجميع مرتبك فبدأ حديثه وهو مدمن مخدرات وكحول قائلا: «الحمد لله انني اليوم لم اتعاط المخدر فانا اعيش ليومي هذا واحاول ان اقف واتصل بالاخرين واشاركهم افراحهم واحزانهم .. فانا اعمل ليومي هذا ولا يهمني فيما مضت من ايام سوداء .. وقد اقول في نفسي بعض الاحيان انني يائس ولن اتمكن من مواجهة الحياة وخصوصا بعد ان تغيرت مشاعر الناس وسلوكهم تجاهي .. ولكم بعد انضمامي للرابطة المدمن المجهول استطعت ان اكتسب بعض الاساليب التي يمكنني بها ان اواجه الناس وكيفية التصرف معهم.

اسرتي تعاملني معاملة سيئة وقد تاتي بعض الاوقات التي لا افهمهم ولا يفهموني فيها وانا بطبعي لا يمكنني ان اتوقف وبمعاملتهم الي يزيدون من المي ومعاناتي.

كلما احاول ان اغير من اسلوبي في التعامل معهم لا يتقبلون ذلك فاحيانا قد اتصل باحد اعضاء الرابطة هاتفيا .. ولكن تاتي التقريعات واللوائم الي، فيقولون لي لماذا تكلمه.. فماذا تستفيد منه؟!

ويضيف: «انني عاطل عن العمل وغالبا ما يعايروني على البطالة وخصوصا هذه الايام ولما اتخذت قرارا بحضور اجتماعات المدمن المجهول وتوقفي عن التعاطي لم يكن ذلك لارضاء اسرتي وانما لارضاء نفسي .. فاخي يتعاطى المخدرات وهذا الشيء (المرض) ليس له شفاء وقد يعدى اغلب افراد الاسرة فهناك اشياء كثيرة تحصل لي في الاسرة واهلي يتالمون لما يرونها من سلوك غير طبيعي وانا فاقد السيطرة على سلوكهم تجاهي ولا اقدر على مواجهتهم وحاولت في فترة ان اتحكم فيهم واطلب منهم كل ما تبتغيه نفسي ولكني في النهاية فشلت فشلا ذريعا.

والان وبعد ان توقفت عن التعاطي يمكنني ان اقول ان المشاكل خفت حدتها ولكن مازال الوالد لا يعيرني اي اهمية وقد يحرض الاقرباء والاصدقاء على عدم مجالستي والابتعاد عني والحمد لله انا في غنى عنهم.

اشعل سيجارة وبدأ يدخنها بينما جلس احدهم في زاوية الغرفة مسترخيا واضعا احدى يديه على رأسه بينما الاخرى بها سيجارة مشتعلة وسط صمت قطعه (م) مدمن مخدرات وكحول سابق عيناه غائرتان ويهتز رأسه من حين لاخر قائلا:

«استفدت كثيرا من اجتماعات الرابطة رغم انني في البداية كنت مترددا في الانضمام الى اعضائها وكنت لا اقتنع بمعظم كلامهم.

فاسرتي لم تقبل تصرفاتي من قبل واتصرف دون رضاهم ، وكل هذا بسبب المخدر اللعين .. وبمفهومي الجديد من اجتماعات الرابطة اقتنعت بان الاشياء غير المقبولة لا يمكنني ان اعمل بها .. وهذا مما جعل اهل البيت يرضون عني قليلا ولكن في بعض الاحيان يحصل جدل مع الاسرة ولكن الحاصل الان ان المعاملة اختلفت كثيرا عما هي من قبل

واحد وارى الجميع من وجه واحد، انا الان والحمد لله بدأت استرجع الثقة في اهل البيت وهذا ما تعلمته في حضوري الاجتماعات.

وفي احدى زوايا الحجرة جلس احد الاعضاء على احدى الطاولات الصغيرة واضعا رجله اليمنى عليها ورجله اليسرة الى الاسفل وكان مرتديا البنطلون العادي مع قميص به بعض الرسومات وكانت عيناه زائغتين ووجهه وجسمه يرتعش ان رعشات خفيفة، بدأ حديثه بنبرات متقطعة قائلا:

«انا خجل في نفسي فهل تصدقون انني عندما اذهب الى منزلي انتازل عن جميع الماديات الموجودة فيه فابي وامي يعاملونني كابن لهم رغم ما افعله بحقهم من مشاكل وخلافات الا انهم مازالوا مصرين على انني سوف اشفى من هذا المرض وارجع الى الحياة طبيعي .. فابي يوفر لي كل ما احتاجه فاحيانا اضطر لعدم فتح المكيف فياتي ابي ويعاتبني ويقول لماذا لا تفتحه فاقول له انني لا اجلس في البيت كثيرا ولا يهم ان جلست في مكان مكيف ام لا ويقول لي مادام انك انقطعت عن المخدر فهذا شيء كبير بالنسبة لنا ورفعت رأسك الى الاعلى ولا يهمني ان كنت ذا عمل ام عاطل ففي هذه اللحظة احس بالاحراج والخجل من جميع اهل البيت فكثيرا ما اخرج لطلب العمل واقابل الناس ولكنهم يحسسونني بانني شخص ناقص ومنبوذ رغم انقطاعي عنه .. وارجع بخيبة امل ومع ذلك فانا منقطع وهذا شيء عظيم بالنسبة لي ولاهل بيتي.

انتهوا من احاديثهم تمت تلاوة بيان ختامي للجلسة ثم رددوا دعاء المدمن المجهول ..

وحول كيفية علاج المدمن يتحدث الدكتور عبدالنبي درباس من مستشفى الطب النفسي قائلا: مشكلة الادمان اجتماعية تخص افراد المجتمع ككل ولا يقتصر دور جهة معينة في محاربتها .. فكما للاسرة دور فللمستشفى ايضا دور والمؤسسات والجهات الاخرى لها دور اخر ايضا .. تجتمع كلها جميعا للمشاركة في القضاء على هذه المشكلة.

ويضيف يوجد لدينا العلاج العائلي وذلك بان نجلس مع العائلة ونحاول حل المشاكل والوفيق فيما بينهم لمحاولة المشاركة في علاج هذا المدمن الذي تورط في الادمان عن طريق المشاكل الاسرية. واعتقد ان العلاج بدون ان يكون للاسرة اي دور بذكر لا يجدي ابدا ولا يكون كاملا.

يقول الدكتور عبدالنبي درباس: ان المدمن قد يخلق وضعا معينا في الاسرة بحيث يتعرض لمواقف كثيرة تفقده الثقة فيهم والثقة لا يمكن ان يسترجعها منهم بسهولة ويسر عند التوقف عن تعاطي المخدرات فقد يحتاج امر استرجاع الثقة في العائلة الى صبر ووقت طويل.

وعلى الاسرة ان تساعد هذا المدمن وتتفهم قضية الادمان.

فيتحدث ان تاتي لنا العائلة بالمدمن وتفرض علينا معالجته بالمستشفى النفسي دون ان يكون لها اي دور يذكر بساهم بشكل كبير في شفاء ابنها فمن واجب الاباء والامهات ان يكونوا على دراية وعلم في التشخيص المبكر لمتعاطي المخدرات لدى ابنائهم كغيابه المتكرر يوميا في وقت معين والبار بقع الدم في ثيابه وكثرة انعزاله عن الاسرة وتغير حالته المزاجية من وقت لاخر.. فالاكتشاف المبكر لهذه الاعراض مهم جدا لكي يكون العلاج اجدى واسرع، فعندما يكتشف الاب او الام احدى هذه الاعراض عليه ان لا يتردد في الاتيان به للمستشفى لوصف العلاج المناسب له وقبل ان يفقد السيطرة على حالته.

ويضيف د. درباس وعلى الاهل قبل ان يذهبوا بمدمن المخدرات الى وحدات العلاج بمستشفى الطب النفسي يجب ان يزرعوا الرغبة في هذا المدمن بالتخلص من المخدرات والتوقف عن تعاطيها من خلال تشجيعه ونصحهم الدائم بضرورة الابتعاد عن المخدرات لانها بالطبع سوف تؤدي الى الهلاك.

وحول التشدد في تصرفات الاهل يقول:

«ان اساليب الضرب والشدة مع المدمن لا يمكن الاستفادة منها بتاتا في العلاج فكما ذكرنا من قبل علينا ان نزرع القناعة لدى الشخص المدمن حتى يتعالج ويشفى لا ان نضربه ونفرض عليه ان يتعالج دون ان تكون لديه الرغبة او القناعة بما تفعله له اسرته وخصوصا اذا تم ذلك مع الشدة والضرب المبرح.

واود ان اذكر في هذا الصدد ان على الاباء مراقبة ابنائهم الذين لهم قابلية تورط في المخدرات كالابن الشقي والذي يجلب المشاكل لوالديه باستمرار علينا ان لا نغفل عن تصرفاته. واذا حصل وان الاسرة ذات مستوى اقتصادي رفيع على الاب ان لا يجعل الاموال سائبة في يدي ابنائه فيمكن لكثرتها تجرهم لشراء المخدرات والتورط بها.

ان تجميع الشكوك والاسباب المؤدية لادمان المخدرات والتشخيص المبكر وكلها تساعد على تسهيل مهمة العلاج لمدى المدمن.

وعلى الكل ان ياخذوا الابناء المضطربين الى الطبيب لمعالجتهم فيمكن ان تكون الشخصية المضطربة لها قابلية الادمان فيتم علاجها حتى لا تتعرض لخطر الادمان.

وكذلك الخلافات بين الزوج والزوجة يجب اخفائها وعدم اعلانها امام الابناء فيمكن ان يؤدي ذلك الى جيل قلق يكون اكثر عرضة للمخدرات.

واذا كانت ادوار الوالدين غير سليمة في الاسرة كالاب السلبي او الام المتسلطة فيمكن ان يخلق جيل غير قوي وضعيف.

ويختتم حديثه قائلا: ان النصيحة واساليب اقناع المتعاطي للمخدر للعلاج والذهاب الى الطبيب المختص بعد التشخيص واكتشاف حالته هي الطريقة المجدية للعلاج وهذه لا تتم وحدها عن طريق الاسرة وانما بتعاون الجميع من مؤسسات اهلية وحكومية.

ونحن في مستشفى الطب النفسي ابتدانا في تنسيق اجتماعات لزوجات المدمنين وابناء وامهات مدمني المخدرات على صورة مجموعات لحضور جلسات لمناقشة المشاكل التي تحدث لهم من المدمنين وطرق التغلب عليها ودراستها.

اما في الواقع فان هذا الحكم ليس صحيحا فهناك من هذا الانسان ثريا لكن لا يحتل رأس القائمة من هذه الناحية على نطاق الكون! فهناك الكثير من الشعوب في الشرق والغرب تملك من الثروات الشخصية ما لا يمتلكه هو، فهذه بلد مثال هونج كونج لا يمكن ان يصفها المرء سوى انها «غابة مرسيدسات»!، فهذه السيارة الالمانية الفاخرة تشاهدها على الشوارع بعدد سمك البحر!!

كذلك نجد ان الحد الادنى للاجور في بلد مثل فرنسا لا يقل عن 600 دينار!! وهذا كلام ينطبق على معظم الدول الاوروبية؟!

اذن لماذا منحنا والحالة هكذا لقب اغنى شعوب العالم؟ حصلنا على هذا اللقب وبجدارة لان الخليجي - وللاسف - انسان استعراضي لا يتوجه - على سبيل المثال - الى حفل الا بعد ان (يتزين) بالساعات الذهب وربما الاسنان الذهب وعلى (الآخر) وكانه ذاهب للمشاركة في معرض للجواهر والاحجار الكريمة!!

كذلك المرأة الخليجية لا تخرج من البيت الا بعد ان تلبس افخر منتجات محلات (أخوان الفايد) في منظر يومي وكأنها تعد العدة للمشاركة في مسابقة ملكات جمال العالم؟ او على الاقل مسابقة ملكات جمال الخريف!!

نادي مدينة عيسى
في مفاجأة الموسم المسرحي
مسرحية الأطفال الغنائية الكوميدية

« حكاية المهرج »
ابتداء من السبت ٢٧/٨/١٩٩٤
على مسرح مدرسة الشيخ عبدالعزيز - السادسة مساء

تحقيق محلي

.. جمعية مجهولة اسمها جمعية المدمن المجهول

تعلن الحرب على الإدمان

لطالما يقف الانسان يتملكه العجب أمام مظاهر انتصار الانسان على الطبيعة.. ونحن اليوم نقف أمام عظمة انتصار الانسان على نفسه.. تعذيبها احيانا للوصول لغد أفضل..

جماعة «المدمن المجهول» هي مجموعة تضم رجالا وشباب تمكنوا من التغلب على الذات ومنعها عن الانحدار لمزيد من الضياع.. جمعهم الادمان أو بمعنى أدق جمعتهم الرغبة في التخلص من الادمان.

أول ما يستشعره الجالس بينهم هو روح الفريق المتعاون الجاد التي تلف المكان..

فعلى الرغم من اختلاف اعمارهم ومستويات تعليمهم وربما مستوياتهم الاجتماعية الا أنهم آثروا أن يكونوا يدا واحدة لمساعدة بعضهم البعض ومساعدة الآخرين..

تحقيق: لميس ضيف

●●

كثيرا ما يسيىء الناس فهمهم.. وبالتالي التعاون معهم يكون أمرا محذورا منه ولكنني بت مؤمنة، بأنهم أقدر الناس على مساعدة المدمنين.. فقرار التخلص من الادمان هو أساس العلاج.. انهم أكفأ من يعالج حالاتهم..

تعالوا معي أيها القراء.. لنستمع لهم.. لتجاربهم.. لقوانينهم.. ولقد التزمنا قبل كل شيء أن يكونوا مجهولين..

فهيا لنرصد معا هذه المنظمة المجهولة.. ونحاول أن نقدم الأمل لكل مدمن من خلال تجاربهم..

ففي منظمة المدمن المجهول يقدس الوقت الذي يجتمعون فيه.. فليس من حقنا نحن الدخلاء أن نتكلم.. فهذا هو وقتهم ولا مجال للأسئلة إلا بعد موعد الاجتماع.

●●●

في مكان متواضع بالمستشفى الامريكي يجتمعون، يبدو الأمر وكأنه جلسة عائلية.. يجلسون ويختارون في كل مرة شخصا ليدير الاجتماع، ففي منظمتهم لا يوجد رؤساء بل هم سواسية.. يؤمنون بأن المخدر أقوى منهم.. وحش قد يسرق حياتهم في أية لحظة لذا عليهم أن يجتمعوا دائما ويتعاونوا دائما لكي لا يعودوا لما كانوا عليه من دمار لاحقا..

وعلى الرغم من أن أكثرهم قد تعافى تماما، الا انهم ما زالوا يعتبرون أنفسهم مدمنين.. ويرفضون أن يطلق عليهم غير هذا الاسم.. لأنهم إذا سلموا بغير ذلك فإنهم قد يقعون فريسة للادمان ثانية..

الادمان مرض كالسكري والضغط، هم ليسوا مسئولين عن ادمانهم، ولكنهم بالتأكيد مسئولين عن ايجاد شفاء عاجل لأنفسهم هكذا يؤمن هؤلاء..

دار حوار في احدى اجتماعاتهم التي حضرتها فبدأ أحدهم بالتحدث عما يجول بخاطره فقال:

ـ ضيعني المخدر.. فقدت كل جانب روحي كنت أمتلكه كان المخدر هو محور حياتي.. أعمل لأوفر له المال.. اسافر لأتعاطاه براحة.. وعند العودة كان همي الأكبر هو أن أهرب أكبر كمية منه.. كنت عديم الفائدة والمسئولية، تقلبت في عدة وظائف.. جمعت أموالا لأصرفها عليه.. كنت عبدا للمخدر.. نعم.. عبدا شديد الانصياع.

فكلما فكرت في زواج أو حب أذهب ذلك المخدر بفكري.. كثيرا ما كنت اسافر.. فلا أرى بالبلد الذي سافرت لها سوى المخدر.. أنعم عدة أيام به بدون خوف.. وأعود حاملا اياها.. وصلت للحضيض.. ذهبت سنوات عمري مني.. اليوم بعدما تخلصت منه بدأت حياة جديدة وصلت للخامسة والثلاثين من عمري وما زلت قويا.. أنا خاطب وأعمل.. أشتاق احيانا للمخدر.. ولكن ما زالت هذه الجلسات تذكرني بما مررت به من آلام.. وأنا الآن حر.. وما أجمل أن يكون الانسان حرا بعد قيد..

●●●

ـ تعرضت للسجن أكثر من مرة.. سجنت وأوقفت لشهور طويلة.. لم يثق بي أحد قط.. أبدا.. ولا مرة في حياتي.. كنت دائما عديم

● رغم اختلاف أعمارهم ومستوياتهم إلا أنهم آثروا أن يكونوا يدا واحدة..!!

● كنت عبدا للمخدرات شديد الانصياع فحرقت أموالا كثيرة..!!

● يقدسون الوقت الذي يجتمعون فيه..!!

الاحساس بالمسئولية.. لم يحسسني بها أحد.. تعرفت على جماعة «المدمن المجهول» لأول مرة في المستشفى، نبذتهم ولطالما اعتقدت انهم يبحثون عن مكانة وشهرة ووظيفة تجعلهم نجوما..

ولكنني بعدما خرجت من المستشفى وعدت ثانية للادمان وضاقت بي الدنيا.. وأحسست أنني لا شيء.. عندها لجأت لهم..

بعد عدة اجتماعات أحسست بالانتماء لهم وكم سعدت عندما أولوني مسئولية قيادة الاجتماع ذات مرة.. انهم يثقون بي ويحملونني مسئوليات عدة. فأكثر ما اسعدني بعد شفائي تلك الثقة الكبيرة التي أولاني اياها الناس المحيطون بي.. الآن تنبهت لزوجتي وعائلتي.. اعطاني الله القوة لأتخلص من الادمان.. أشكر الله ثم أشكر جماعة المدمن المجهول الى ما وصلت اليه من استقرار.

●●●

ـ أنا مدمن كحول.. لم أكن أنوى قطع الكحول كليا.. كثيرا ما انقطعت عنها تارة لأثبت لنفسي أنني لست مدمنا.. وتارة اخرى لظروف خارجة عن ارادتي..

لست كالجميع فوضعي هو الأسوأ.. لم يضطهدني أحد.. لم أدخل سجونا.. لم يحاربني المجتمع.. لم أفقد ثقة أهلي.. علاقاتي مع الجميع طيبة.. لذا فإنني أقول أن وضعي هو الأسوأ لأن أحدا لم يمنعني ولم ينبذني.. لذا فما زلت أصر على أن حالتي هي الأصعب..

كنت أسأل نفسي: لا مشاكل لدي مع الشرطة.. أو مع أهلي وأصدقائي إذن فلماذا أقطع عن نفسي متعة الشراب؟.

كنت محتاجا لصحوة ذاتية.. قرار اتخذه بحزم لأنني تعودت أن لا أتخذ قرارا الا بعد تفكير جاد..

المستشفى ليس للعلاج لأنني عندما ذهبت كنت صريحا مع نفسي.. فقلت: «أنا في محاولة جادة للامتناع عن الكحول» ولم أقل اننى سأمتنع.. بعد فترة خرجت من المستشفى ولكن المحل هو الشارع.. في المستشفى أنا مجبر بحكم اقامتى ألا أشرب كحولا إلا لو هربت كما يفعل البعض..

أعيش اليوم حالة رعب حقيقية.. فالادمان مرض خطير لم يكن سهلا أن أهرب منه..

كنت أعرف اننى سأحترم نفسى أكثر.. كنت متأكدا أن عائلتى ستكون فرحة جدا بى لذا حاولت وقاومت.. لا أعرف قد أعود للادمان يوما ما ولكننى هنا لأقوى على مواجهته..

نحن هنا نتحدث سويا وهذا ما نحتاجه فنصف حل المشكلة في مجرد طرحها..

●●●

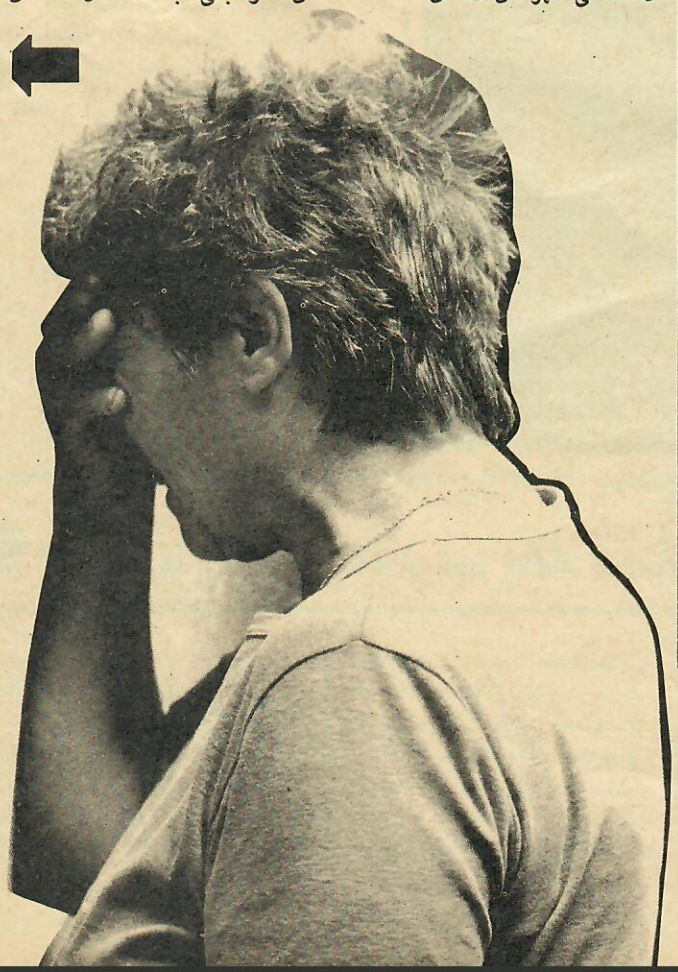
ـ لم ألجا لهذا المكان الا بعد أن استسلمت.. ولم أجد لنفسي مكانا آخر..

كنت أخجل من الناس وأنا مدمن.. وأخجل أن أقول أننى سأتوقف.. الخجل لازمنى منذ أن عرفت المخدر.. مسئولي في العمل لا يثق في المدمنين.. ولا يمكن أن يثق بى.. ولا يوكل الى أية مسئوليات.. لذا أردت أن أثبت للجميع أننى ثقة وكفؤ بالمسئوليات..

وكزميلى أصابنى الرعب.. من المخدر والعودة له.. المشكلة ليست جسدية.. بعد اسبوع واحد من ترك الادمان تنتهى الرغبة الجسدية ويبدأ الالحاح النفسي للعودة للتعاطى.. بعد أن توقفت سافرت ذات مرة وكانت أول مرة اسافر فيها بعد أن قاطعت المخدر.. كنت خائفا من أن أعود للتعاطي فهناك حيث لا رقابة ولا جماعة تمنعني والمخدر موجود ومتوفر.. ولكننى حملت معى الميدالية التي اعطوننى اياها في «جماعة المدمن المجهول» تقديرا لانقطاعى شهرا عن الادمان..

هذه الميدالية مصنوعة من البلاستيك ولكنها كنت تعني لي الكثير.. ومنعتنى من كثير من الأشياء.

بعد انقطاعى عن الادمان بدأت عمرا جديدا بدون تعاطي.. سعادة كبرى تلف حياتى.. أعمل اليوم وأهلك نفسي في العمل.. أبذل مجهودى لأنخرط فيه.. أحب العمل.. وعملت الآن بشكل مؤقت.. لا اريد أن أكون عاطلا أبدا.. أخاف أن تقود بى البطالة الى الادمان



● يوم كامل مع

جمعية المدمن المجهول

ثانية.. لا اريد العودة على الرغم من أننى احيانا أحس بتلك الرغبة في التعاطي.. عندما تلح على هذه الرغبة أفصح عنها في الاجتماع وألقى كل استجابة.. فلا أحد يلومنى أو يوبخنى أو يندهش فكلهم يمرون أو مروا بالحياة ذاتها.. وبالرغبات ذاتها..

اليوم أتشبث بحياتى الجديدة ولا اريد أن تتغير برغم الكد والشقاء الذي أواجهه لأعيش في مستوى لائق بى.

●●●

- لم يوقفنى شيء..

البعض ساعدهم الدين والتمسك به للامتناع عن التعاطي.. البعض الآخر ساعدتهم المستشفى.. البعض ارتدع من مجرد الزج بهم في السجون..

أما أنا فلم يردعنى سوى «المدمن المجهول».. أعادنى لذاتى.. حريتى..

الأفيون.. ثم الـ BROWN SUGER حتى وصلت للحشيش.. هلكت.. أصبح المخدر هو محور حياتى.. أصبحت أيامى بلا معنى أو هدف.. اليوم بعد أن وصلت للأربعين من عمرى بدأت مجددا.. حياة جديدة ونظيفة.. لست عبدا للمخدر.. ولا يملكنى الآن.

أجتمع معهم أتذكر أيامى التعيسة وكم عانيت.. حديثى يمنعنى من العودة.. أسمع آلام وتجارب غيرى.. فأعرف أننى لست الوحيد.. يريحنى جدا جدا أننى لست وحيدا.. تجاربنا متشابهة تقريبا.. تعاطينا بالطريقة ذاتها..

- دفعنى السأم للعلاج.. سئمت من حياتى المليئة بالمشاكل التي لا تنتهي خصوصا مع اسرتى.. خسرت كثيرا.. عندئذ قررت العلاج..

●●●

فشل كل العلاج الذي تلقيته.. بعد خروجى من المستشفى عدت منذ ذلك اليوم.. الحب والاهتمام الذي وجدته في هذه المجموعة هو الوصفة السرية التي قادتنى للعلاج.. أشياء كثيرة تغيرت.. علاقاتى مع المحيطين بي.. سلوكي الشخصي.. وعلاقاتى الانسانية تغيرت.. تعلمت اليوم العطاء من أجل العطاء.

لكن نظرة المجتمع صعب أن تتغير بين يوم وليلة. أهم شيء هو أننى استعدت ثقتى بنفسي.. وسيأتى يوم ستعود ثقة الناس بنا..

أقول للمدمنين.. إذا فشلت محاولاتك للامتناع جرب برنامجنا واحضر اجتماعاتنا. وستجد المساعدة. فالعلاج ليس صعبا لقد تعالجنا نحن.. ونحن النموذج..

●●●

يبقى الآن أن نقول أن شرط الانضمام لهذه المنظمة النبيلة هو أن تكون لديك الرغبة الصادقة في العلاج.. وترك الادمان.. أيا كنت وفي أي عمر أو مركز. ستجد الترحيب وأيادي مرت بكل ما مررت به لتساعدك.

ما يثير العجب هو أن بعض العائلات والآباء الذين يعاني أبناءهم من الادمان يرفضون أن يتعاونوا معهم.. وما ان يسمعوا بأن من يريد مساعدة أبنائهم مدمن سابق حتى يطلبوا منه الابتعاد!.

هؤلاء هم الأقدر على مساعدة المدمنين لأنهم يفهمونهم أكثر..

تعريف أخير لهؤلاء:

هدفهم هو نقل الرسالة للمدمن الذي ما زال يعاني من الادمان واولئك الذين يتلقون العلاج في مركز علاجي أو تأهيلي يحتاجون لهذه الجلسات لأنهم يشعرون بالضياع والارتباك والضعف وحضورهم يخفف منها..

هؤلاء الناس لم يبدأوا من الصفر لقد بدأوا من تحت الصفر.. ألا يستحقون منا كل احترام وتقدير!!.

● مسئولون عن ايجاد طريقة للشفاء..!!

أحتاج لهذه المجموعة.. اليوم احصل على المساعدة والعون من الجميع.. اسرتى هنا.. احس بالانتماء لهذا المكان.. وأحس أننى جزء منه.. بدأت ادمانى مبكرا جدا منذ كنت بالمرحلة الابتدائية كنت أشرب البيرة، كبرت وأصبحت اتعاطى للأدمان.. صادفت مشاكل مع الشرطة.. سجنت لأكثر من مرة.. وبدا طريق العلاج لى مستحيلا.. تعرفت عندئذ على «المدمن المجهول» بواسطة عضو من اعضائه.. كانت معجزة.. أحسست أن شيئا ما بداخلى.. رغبة بالامتناع.. تحركت