

Critical-Islamic Reflections on the Twelve-Step Program of Narcotics Anonymous

Nematollah Karamollahi¹, Ali Arshad²

1. Associate Professor, Department of Social Sciences, Baqir-al-Olum University, Qom, Iran (Corresponding author). N.karamollahi@bou.ac.ir
2. PhD. Student, Cultural Policy, Baqir-al-Olum University, Qom, Iran. Aliarshad@iran.ir

Abstract

Addiction and substance abuse are among the most significant challenges facing human societies. Various programs have been designed and implemented worldwide to reduce consumption and treat this condition. One such program, with over two decades of relatively successful application in Iran, is the Narcotics Anonymous (NA) program. Acceptance and implementation of its twelve-step program transform a helpless and suffering addict into a committed recovering addict. Although this program envisions a promising perspective where participants develop a satisfactory connection with God and dedicate their entire effort to fulfilling God's will in their lives, it may, despite initial substance control, cause detrimental effects on participants' religious knowledge and beliefs, potentially leading to relapse and renewed addiction. These adverse effects, rooted in the program's humanistic and secular foundations, might result in participants becoming indifferent or even antagonistic toward social values and religious culture. This study, adopting a positive view of the twelve-step program, aims to intervene in its delivery by integrating Iranian-Islamic values to enhance participants' steadfastness, deepen their connection with God, and consequently reduce relapse-inducing temptations. The research is based on the author's ten years of lived experience in various NA programs. Data were collected through documentary and field methods and analyzed using qualitative content analysis. The findings suggest that incorporating concepts such as self-awareness (*nafs-shināsī*), reliance on God (*tawakkul*), self-accountability (*muḥāsabah al-nafs*), submission and humility before divine commands, continuous observance of piety (*taqwā*), meticulous attention to others' rights (*haqq al-nās*), and encouragement to spread goodness can significantly prevent relapse, substance reuse, and moral and ideological deviations among NA members.

Keywords: Narcotics Anonymous (NA), Twelve-Step Program, Lived Experience, Anonymous Addicts, Addiction Recovery, Drugs.



تأملات انتقادی - اسلامی در ارائه برنامه دوازده قدم معتادان گمنام^۱

نعمت‌الله کرم‌اللهی^۱، علی ارشد^۲

۱. دانشیار، گروه علوم اجتماعی، دانشگاه باقرالعلوم (ع)، قم، ایران و عضو پیوسته انجمن مطالعات اجتماعی حوزه (نویسنده مسئول).

N.karamollahi@bou.ac.ir

۲. دانشجوی دکتری، سیاستگذاری فرهنگی، دانشگاه باقرالعلوم (ع)، قم، ایران. Aliarshad@iran.ir

چکیده

بیماری اعتیاد و سوءمصرف مواد مخدر از مهم‌ترین مسائل جوامع بشری است. در سراسر جهان، برنامه‌های گوناگونی برای کاهش مصرف و درمان این بیماری طراحی و اجرا شده است. یکی از این برنامه‌ها با بیش از دو دهه کاربست نسبتاً موفق در ایران، برنامه معتادان گمنام (NA) است. پذیرش و اجرای مراحل دوازده‌گانه این برنامه، معتاد عاجز در حال عذاب را به معتاد در حال بهبودی متعهد، مبدل می‌کند. اگرچه این برنامه چشم‌انداز زیبایی را متصور می‌سازد که در آن رهجو به سطح ارتباطی قابل قبولی با خداوند دست یافته و تمام توان خود را صرف تحقق اراده خداوند در زندگی خود می‌کند، اما به‌رغم کنترل مصرف مواد مخدر در مراحل اولیه، ممکن است در ادامه تأثیرات ویرانگری بر معرفت و اعتقادات دینی رهجو گذاشته و به وسوسه منجر به مصرف و عود مجدد اعتیاد ختم شود. این عوارض که ریشه در آموزه‌های اومانیستی و سکولاریستی برنامه دارند، ممکن است رهجو را به فردی بی‌اعتنا و یا معاند نسبت به ارزش‌های اجتماعی و فرهنگ دینی، تبدیل کند. در این راستا، پژوهش حاضر با نگاه مثبت به برنامه دوازده‌گانه، بر آن است تا با مداخله در ارائه این برنامه در قالب ارزش‌های ایرانی - اسلامی، در جهت ثبات قدم رهجویان و ارتقای سطح ارتباط آنان با خداوند و در نتیجه کاهش وسوسه منجر به لغزش، مسیر جدید و آزموده شده‌ای را فرا روی مخاطبان این برنامه بگشاید. ایده این پژوهش متکی بر تجربه زیسته ده ساله حضور و عضویت در برنامه‌های مختلف انجمن است. داده‌های مورد نیاز با روش اسنادی و میدانی گردآوری و با روش تحلیل محتوای کیفی تحلیل شده‌اند. براساس یافته‌های این پژوهش کاربست مفاهیمی مانند خودشناسی، توکل بر خداوند، محاسبه نفس، تسلیم و تواضع در برابر دستورات الهی، مراعات دائمی تقوا، بررسی دقیق حق الناس و تشویق به نشر خوبی‌ها در ارائه این برنامه می‌تواند بیشترین تأثیر را در ممانعت از لغزش و عود مصرف مواد مخدر و غلطیدن در انحرافات اخلاقی و اعتقادی اعضای این انجمن داشته باشد.

کلیدواژه‌ها: انجمن NA، برنامه دوازده‌گانه، تجربه زیسته، معتادان گمنام، ترک اعتیاد، مواد مخدر.

۱. **پژوهش حاضر برگرفته از:** پایان‌نامه کارشناسی ارشد علی ارشد با عنوان «آسیب‌شناسی دینی فرآیند درمان معتادان در NA»، استاد راهنما: نعمت‌الله کرم‌اللهی، رشته مدیریت راهبردی فرهنگ، دانشگاه باقرالعلوم (ع) ارائه شده در سال ۱۴۰۱ است.
استناد به این مقاله: کرم‌اللهی، نعمت‌الله؛ ارشد، علی (۱۴۰۳). تأملات انتقادی - اسلامی در ارائه برنامه دوازده قدم معتادان گمنام. مطالعات فرهنگی اجتماعی حوزه، ۸(۲)، ص ۲۵۱-۲۶۸.

تاریخ دریافت: ۱۴۰۳/۰۲/۰۷؛ تاریخ اصلاح: ۱۴۰۳/۰۳/۱۰؛ تاریخ پذیرش: ۱۴۰۳/۰۳/۲۹؛ تاریخ انتشار آنلاین: ۱۴۰۳/۰۷/۰۵

https://doi.org/10.22081/scs.2025.67098.1257

ناشر: انجمن علمی مطالعات اجتماعی حوزه

نوع مقاله: پژوهشی

© نویسندگان.



۱. مقدمه

سوء مصرف مواد مخدر از جمله مسائلی است که همه جوامع بشری با آن آشنا بوده و به نوعی با عوارض خانمان سوز آن دست به گریبان هستند. بعد از شناسایی این رفتار پرخطر به عنوان یک مسئله اجتماعی، ده‌ها روش برای مبارزه با این مسئله و حل آن در سراسر جهان ارائه و در عمل نیز به کار بسته شده است که برخی از این روش‌های درمانی یا مقابله در کشور ایران نیز دارای پیشینه و طرفدارانی است. کاربست برخی از این راهکارها با موفقیت نسبی همراه بوده است و برخی نیز بر مشکلات موجود افزوده‌اند. یکی از روش‌هایی که افزون بر دیگر نقاط جهان، در ایران هم با استقبال کم‌نظیری روبه‌رو شد و تقریباً پای هر معتاد آرزومند رهایی و نجات از اعتیاد فعال را به آنجا باز کرد، برنامه معتادان گمنام یا NA است. این برنامه با شعار «معجزه کمک یک هم‌نوع به هم‌نوعی دیگر» با اسلوب به اشتراک گذاشتن تجربیات، خودیاری و نگاه به درون و با روش «فقط برای امروز»^۱ توانست اعتیاد فعال بسیاری از متجاهرین به مصرف مواد مخدر را در یک فرآیند دوازده قدمی و با آموزش مهارت‌های اجتماعی و فردی متوقف کرده و تا حدودی این معتادان را به افرادی متعهد و قابل اتکا برای خانواده و جامعه مبدل سازد. برنامه معتادان گمنام در حال حاضر موفق‌ترین برنامه درمان اعتیاد در جهان و ایران بوده که بیشترین جمعیت رهایی‌یافتگان از مصرف مواد مخدر را دربرمی‌گیرد.

با وجود این، لغزش و عود مصرف یکی از آسیب‌هایی است که به‌رغم اجرای دقیق برنامه، اعضای انجمن به آن گرفتار می‌شوند. بازگشت‌هایی که هر بار نسبت به قبل شدیدتر شده و نسبت به بهبودی، ناامیدی عمیق‌تری را برای معتادان ایجاد می‌کند. لغزش، ممکن است در هر مرحله‌ای از فرآیند بهبودی رخ دهد. در این خصوص تفاوتی میان تازه‌واردان و اعضای قدیمی وجود ندارد. طبق آموزه‌های انجمن، لغزش، علامت این است که ما در برنامه خود خلأهایی داریم (کمیته نشریات خدمات جهانی NA، ۱۳۸۸، ص ۷۹). همچنین زندگی بی‌معنا، یکنواخت و کسل‌کننده به‌عنوان عامل دچار شدن به وسوسه مصرف و ایجاد خلأ درونی معرفی شده است (همان، ص ۷۷). محققان حوزه اعتیاد با بررسی آسیب‌شناسانه این برنامه، به دو عامل «آموزه‌های متنی» و «آموزه‌های شفاهی» در بروز این انحرافات اشاره کرده‌اند؛ به این معنا که به دلیل ریشه داشتن برنامه NA در مبانی اندیشه سکولاریستی و اومانستی حاکم بر فرهنگ غرب، این آموزه‌ها می‌توانند بسترساز گرایش رهجویان به سوی لغزش و انحرافات جدید باشند.^۲ این در حالی است که برنامه در موارد متعددی جست‌وجوگری در مفاهیم و اعتقادات عاری از توهم را تنها راه دستیابی

1. Just for today

۲. ناظر به آسیب‌شناسی آموزه‌های متنی و شفاهی انجمن NA، دو مقاله از نگارندگان پژوهش حاضر با عناوین «آسیب‌شناسی دینی آموزه نیروی برتر در برنامه انجمن معتادان گمنام» و «آسیب‌شناسی دینی نقش آموزه‌های شفاهی در عدم ثبات رهجویان در برنامه معتادان گمنام» به نگارش درآمده است.



به طریق روحانی پایدار معرفی کرده است. طبق آموزه‌های رسمی برنامه، طریق روحانی، رهجویان را به ارتباطی مستحکم و پایدار با خداوند رهنمون می‌سازد و چگونگی این ارتباط، تا اندازه زیادی به فرهنگ و نظام ارزشی جامعه مخاطب بستگی دارد (کمیتة نشریات خدمات جهانی NA، ۱۳۹۱، ص ۱۷). این مطلب بیانگر انطباق‌پذیری برنامه در مواجهه با فرهنگ‌های گوناگون است.

با آنکه روح کلی برنامه دازده قدم، انطباق‌پذیری با فرهنگ‌های گوناگون و توجه به ارزش‌های بومی است، اما عدم تطابق آموزه‌های این برنامه با ارزش‌های اجتماعی و دینی جامعه ایران، نگرانی‌هایی را برانگیخته و این نوشتار نیز بر همین دل‌مشغولی‌ها مبتنی است. حساسیت‌هایی از این قبیل که به رغم اشتراک واژگان به‌کار رفته در عناوین و سرفصل‌های دوازده قدم با آموزه‌ها و ارزش‌های اسلامی، اما بررسی دقیق محتوای ذیل این عناوین، نشانگر عدم انطباق با آموزه‌های توحیدی و اسلام است. در اینجا این سؤال مطرح می‌شود که آیا محتوای این برنامه قابلیت آن را دارد که قدم‌های دوازده‌گانه را با خوانش توحیدی به رهجویان ارائه دهد؟ آیا ارائه این برنامه، با التفات به معارف دینی، موجب ترویج و تعالی فرهنگ توحیدی در بین رهجویان و در نتیجه دوری از وسوسه منجر به لغزش و ثبات آنان خواهد شد؟ این شیوه ارائه چگونه باید باشد تا بیشترین تطابق را با معارف دینی و کمترین اصطکاک را با آموزه‌های برنامه NA داشته باشد؟ در ادامه و برای روشن شدن فضای مفهومی بحث، تعریفی اجمالی از مهم‌ترین مقولات به‌کار رفته در عنوان تحقیق ترسیم می‌شود.

تأملات انتقادی: تعاریف مختلفی از تفکر انتقادی وجود دارد؛ چنانچه متقدمین^۱ توانایی آزمودن و تفکر درباره اندیشه‌ها و ارزش‌ها را وجه مشخصه تفکر انتقادی می‌دانستند (سیاهی اتابکی و همکاران، ۲۰۱۵، ص ۹۳). جان دیویی^۲ بررسی فعال، پایدار و دقیق یک باور را مشخصه تفکر انتقادی می‌داند (Fisher, 2011, p. 2-5). ریچارد پاول^۳ در تعریفی نسبتاً متفاوت، بهبود بخشیدن به کیفیت تفکر با بهره‌گیری از ساختارهای درونی و اعمال استانداردهای عقلانی بر روی آن‌ها را شاخص تفکر انتقادی معرفی می‌کند (Fisher, 2011, p. 2-5).

انواع نقد: نقد به سه نوع نقد منفی، نقد مخرب و نقد سازنده تقسیم می‌شود:

نقد منفی، به نقدی گفته می‌شود که غیرقابل قبول بودن چیزی را بیان می‌کند، بدون ارائه راه‌حل. نقد مخرب، نقدی است که هدف آن بی‌اعتبار نشان دادن دیدگاه مقابل، با چاشنی آزار یا تهدید است.

۱. سقراط، افلاطون و ارسطو

2. John Dewey

3. Richard Paul

اما نقد مثبت که موضع مختار پژوهش حاضر است، ضمن احترام به اهداف یک فعالیت علمی یا عملی، بر آن است که می‌توان با رویکردی جایگزین به ارتقا و تحقق آن اهداف کمک کرد.

برنامه دوازده قدم: برنامه بهبودی NA یا همان درمان «دوازده قدم»، اولین بار توسط گروه الکلی‌های گمنام (AA) مورد استفاده قرار گرفت، اما بعدها آشکار شد که این برنامه و نوع درمان آن نه تنها در ترک الکل، بلکه در ترک اعتیاد به مواد مخدر و حتی اعتیادهای رفتاری نیز می‌تواند مؤثر واقع شود. قدم‌های دوازده‌گانه ابزاری برای شناخت نقاط قوت و ضعف فرد معتاد، برای ایجاد رابطه خوب با خود، اجتماع و خداوند است که باعث افزایش امید به زندگی در فرد معتاد می‌شود. این دوازده گام، تحت تعلیم و همراهی یک استاد (راهنما) به متعلمان (رهجو) در قالب کتاب «راهنمای کارکرد قدم»^۱ آموزش داده می‌شود. هم‌اکنون حدود ۲۵۰ برنامه خودیاری در زمینه‌های مختلف اعتیاد و ناهنجاری‌های روانی، از همین روش بهره‌برداری می‌کنند.^۲

معتادان گمنام:^۳ اسم گروهی است که به اختصار NA نامیده می‌شود. این گروه، نهادی مردم‌پایه^۴ است که در سال ۱۹۵۳ میلادی از سوی افراد نجات‌یافته از چنگال اعتیاد، بنیان‌گذاری شد. این انجمن در ایران، پیام‌رسانی خود را از سال ۱۳۶۹ توسط چند عضو که با کمک اصول انجمن بهبودی خود را بازیافته بودند، در مرکز بازپروری قرچک آغاز کرد.

راهنما: اعضای باسابقه‌تر رها شده از اعتیاد هستند که برنامه دوازده قدم را به دیگر اعضا می‌آموزند. در مقابل راهنما، «رهجو» قرار دارد که تحت تعلیم آموزه‌های این برنامه است.

۲. پیشینه تحقیق

به‌طور کلی پژوهشگرانی که به موضوع انجمن و معتادان گمنام پرداخته‌اند، غالباً تحقیقات خود را یا از منظر مردم‌شناسی، روان‌شناسی بالینی، جامعه‌شناسی، حقوق جزا و جرم‌شناسی و علوم تربیتی دنبال کرده‌اند که با پژوهش حاضر قرابتی ندارند، و یا از منظر معارف اسلامی اقدام به آسیب‌شناسی کرده‌اند. در ادامه، به نمونه‌هایی از این پژوهش‌ها اشاره می‌شود:

خوانساری طره (۱۳۹۸) در پژوهشی با عنوان «معنویت در انجمن‌های گمنام»، با قرار دادن این برنامه در شمار برنامه‌های معنویت‌گرا، با روش کیفی کتابخانه‌ای، به گونه‌شناسی معنویت در این گونه از برنامه‌ها پرداخته و به این نتیجه رسیده است که معنویت مورد ادعا در انجمن‌های گمنام، از سنخ معنویت سکولار

1. Step working guides

۲. ر.ک: پایان‌نامه کارشناسی ارشد «آسیب‌شناسی دینی فرآیند درمان معتادان در NA»، دانشگاه باقرالعلوم، قم، ۱۴۰۱.

3. Narcotics Anonimouse

4. Non-governmental organization



است. نقد این پژوهشگر، از نوع نقد منفی است که عموماً به غیرقابل قبول بودن این برنامه اشاره دارد، اما راه‌حلی را ارائه نمی‌دهد.

احمدی (۱۴۰۱) نیز در پژوهشی با عنوان «تبیین اصول و مبانی اندیشه NA (معتادان گمنام) و بررسی و تحلیل آن از منظر معارف اسلامی»، با هدف تبیین اصول انجمن، به زعم خود به تحلیل و بررسی این برنامه از منظر معارف اسلامی پرداخته است. متأسفانه نویسندگان در این نوشته با انتساب مواضع نادرست و غیرواقعی برگرفته از تصورات ذهنی خود و عرف معمول در این قبیل نوشته‌ها، به برنامه معتادان گمنام تاخته و آن را مورد نقد مخرب خود قرار داده است. پرواضح است که نگارنده این نوشته، از کمترین اطلاع نسبت به متون این برنامه برخوردار نبوده است.^۱

تقی‌زاده جلودار (۱۳۹۷) در تحقیقی با عنوان «مقایسه وسوسه، ذهن آگاهی، بهزیستی معنوی معتادان تحت درمان نگهدارنده با متادون و معتادان انجمن گمنام شهر بابل»، با نگاه فردگرایانه و روش کمی، مشخص کرده است که میزان ذهن آگاهی و بهزیستی معنوی معتادان در NA نسبت به معتادان درمان شده با متادون بیشتر بوده و در مقابل، میزان وسوسه مصرف در معتادان تحت درمان با متادون نسبت به گروه NA بیشتر است.

مهودی (۱۳۹۵)، در پژوهشی با عنوان «بررسی مردم‌شناختی سازمان‌های مردم‌نهاد شهر تهران؛ مطالعه انجمن خانواده معتادان گمنام (نارانان)»، با نگاهی کل‌نگر و با استفاده از روش کیفی توأم با مشاهده مشارکتی و مصاحبه، نشان داده است که این گروه‌ها چقدر توانسته‌اند بر فرهنگ رفتاری و بهبودی خانواده‌ها و جامعه، روحیه و فرهنگ مشارکت و همبستگی و همکاری در جامعه و افراد آن و در نهایت بر رشد فرهنگی و معنوی جامعه تأثیرگذار باشند.

جعفری (۱۳۹۳)، در پژوهشی با عنوان «مقایسه سرسختی روان‌شناختی و جهت‌گیری مذهبی در معتادان گمنام و معتادان مراکز سرپایی» با روش علی - مقایسه‌ای به این نتیجه رسیده است که جهت‌گیری مذهبی اعضای انجمن معتادان گمنام و سرسختی روان‌شناختی در آنان بیشتر از معتادان مراکز سرپایی است.

۱. در این نوشته مواردی کاملاً نادرست به چشم می‌خورد. مثلاً، «کم نیستند در دنیا کشورهایی همچون اسرائیل [رژیم غاصب صهیونیستی]، روسیه، چین و... که مجوز فعالیت به این گروه را نداده‌اند و حتی کشوری چون روسیه و چین افرادی که مبلغ این اندیشه بوده‌اند را از کشورشان بیرون رانده و...»، در حالی که با یک جست‌وجوی ساده در گوگل به‌راحتی به صفحات فعال NA در کشورهای مورد اشاره، راهنمایی می‌شوید. یا این مطلب که «در این انجمن، ذکر گناهان امری مطلوب و لازم شمرده می‌شود و هرکس که به گناهان بیشتر و با جزئیات دقیق‌تری اعتراف کند، مورد تشویق قرار می‌گیرد و این امر باعث می‌شود افراد معتاد، به هر عمل منکر و خلاف دین و اخلاقی که انجام داده‌اند، با گستاخی تمام اعتراف کنند و همه افراد با جزئیات با دزدی یا خیانت یا عمل منافی عفت یک معتاد دیگر آشنا شوند و...» که این مطلب واقعیت ندارد و نشان‌دهنده عدم اطلاع نویسندگان از جلسات انجمن NA است. چه‌بسا ارائه مطالب غیرواقعی از این گروه‌ها، باعث گمراهی تصمیم‌گیران و مدیران فرهنگی در مواجهه با آن‌ها شود.

نگاه اجمالی و گذرا به پژوهش‌های مرتبط با موضوع انجمن معتادان گمنام، بیانگر فقدان ارائه محتوای جایگزین مناسب ذیل سرفصل‌های این برنامه است. از این‌رو، پژوهش حاضر بر آن است تا از نگاه یکی از اعضای انجمن معتادان گمنام با سابقه حضور و فعالیت بیش از ۱۰ ساله، این برنامه را با نگاهی درون‌نگرانه مورد بررسی انتقادی قرار داده و برای تقویت آن، راهکارهایی اصلاحی و منطبق با ارزش‌های ایرانی - اسلامی ارائه دهد.

۳. روش تحقیق

اطلاعات موردنیاز این تحقیق با بهره‌گیری توأمان از روش اسنادی و میدانی گردآوری شده است؛ به این معنا که با بررسی متون رسمی انجمن و نیز حضور طولانی‌مدت (بیش از ۱۰ سال) در جلسات شفاهی انجمن، داده‌های موردنیاز بدست آمده است. همچنین اطلاعات بدست آمده، با استفاده از روش تحلیل محتوای کیفی، تحلیل شده‌اند. در پژوهش حاضر با اتخاذ موضع انتقادی، افزون‌بر بیان نقاط مثبت برنامه دوازده قدم معتادان گمنام، تلاش شده است تا با نقد مثبت این برنامه در قالب ارزش‌های اسلامی، با هدف ثبات قدم رهجویان و ارتقای سطح ارتباط آنان با خداوند و در نتیجه کاهش وسوسه منجر به لغزش، مسیر جدید و کارآمدی در مقابل آنان گشوده شود.

بدیهی است که موضع نوشتار حاضر، با جهت‌گیری توسعه‌دهندگان این برنامه تفاوت مبنایی دارد، اما از آنجاکه برنامه معتادان گمنام یک رویکرد واحد را حاکم بر آموزه‌های خود ندانسته و افزون‌بر توصیه مؤکد به جست‌وجوگری در همه عرصه‌های زندگی، ماهیت اعتقادات را تعیین‌کننده روش دعا و راه کشف اراده خداوند قلمداد کرده است، بنابراین، نقاط قوتی که در ادامه خواهد آمد، بیشتر جنبه تطبیق آموزه‌های اصلی برنامه دوازده قدم با آموزه‌های اسلامی دارد، نه اینکه بانیان ابتدایی این برنامه و بعدها مؤسسان این انجمن، این معانی را در آن گنجانده باشند. باین حال، ریشه خوبی‌ها و تمایل به آن، براساس معارف قرآنی، از یک کل واحد سرچشمه می‌گیرد و آن فطرتی است که خالق انسان، آن را در وجود همه انسان‌ها به ودیعه نهاده است؛ «این فطرتی است که خداوند، انسان‌ها را بر آن آفریده، دگرگونی در آفرینش الهی نیست»^۱.

۴. یافته‌ها

توجه به نقاط مثبت برنامه NA از منظر اسلامی، از این حیث برای رهجویان این برنامه حائز اهمیت است که بدانند فضایل اخلاقی ذکرشده در این برنامه، نه سخن و اندیشه‌ای بدیع و مختص برنامه، بلکه سخنی حق و مورد نیاز هدایت بشریت است که اگرچه قرن‌ها از بیان آن از سوی انبیای الهی و به‌ویژه رسول گرامی اسلام ﷺ

۱. «فَطَرَتِ اللَّهُ الَّتِي فَطَرَ النَّاسَ عَلَيْهَا لَا تَبْدِيلَ لِخَلْقِ اللَّهِ» (روم، ۳۰)



می‌گذرد، اما معتادان به دلیل سستی ناشی از بیماری اعتیاد، قادر به درک و بهره‌مندی از این گوه‌های ناب الهی نبوده‌اند. حال اگر التزام به این معانی باعث تقرب رهجویان به خداوند قادر مهربان شود، قطعاً باعث قرار گرفتن آنان در مسیر بندگی شده، تا جایی که بنابر قدم سوم، هرآنچه را که مخالف اراده الهی باشد، برای خود نیز ناگوار تلقی می‌نمایند. اراده الهی همان مسیری است که خداوند مهربان از سوی برگزیدگان پاکش به بشریت ارزانی داشته است. از این‌رو، بازگشت به آموزه‌های فرهنگ اسلامی همچنان توانایی راهگشایی برای هدف نهایی انجمن، یعنی ایجاد ارتباط مستحکم با خداوند را دارد، به شرط آنکه در این بازگشت، صداقت و خلوص نیت وجود داشته باشد. در ادامه تلاش می‌شود انطباق قدم‌های دوازده‌گانه برنامه NA با آموزه‌های اسلامی بیان شود.

۱-۴. قدم اول: خودشناسی

رهجو در قدم اول اقرار می‌کند که در برابر اعتیاد عاجز بوده و زندگی او غیرقابل اداره شده است (کمیتة نشریات خدمات جهانی NA، ۱۳۹۱، ص ۱۲). این اقرار، آغاز فرآیند بهبودی است. شناخت کسب شده تا این مرحله از زندگی یک معتاد، حاصل دردها و رنج‌هایی است که از ناتوانی او در برابر مهار بیماری اعتیاد، حکایت دارد. او فهمیده است که ترفندهای به‌کار گرفته برای کنترل اعتیاد و ادامه مصرف با برنامه، نتیجه‌ای جز شکست و ناتوانی به همراه نداشته است. اقرار به عجز باعث شکستن سد انکار و پذیرفتن بیماری و در نتیجه، یاری‌طلبی در حل یک مشکل می‌شود. بنابراین، شناخت میزان توان درونی انسان، اولین قدم اصلاح است.

باید توجه داشت که از مسائل مهم انسان و شاید مهم‌ترین آن‌ها، شناخت خود است. انسان قبل از شناخت جهان پیرامون و نیک و بد آن، باید خود را بشناسد و گنجینه‌های فطرت و نهاد خود را کشف کند و آن‌ها را به کمال برساند تا بتواند امیال نفسانی خود را در مسیر رشد تعدیل نماید. بدیهی است که اگر انسان با تأمل و تفکر، ظرفیت‌های بستر ساز رشد وجودی خود را بشناسد، بهتر می‌تواند آن‌ها را محقق کند. آیات و روایات بسیاری انسان‌ها را به خودشناسی ترغیب می‌کنند، از جمله خداوند در قرآن کریم می‌فرماید: «پس انسان باید با تأمل بنگرد که از چه چیز آفریده شده است». ^۱ همچنین می‌فرماید: «آیا انسان به یاد نمی‌آورد [و توجه ندارد] که ما او را پیش از این، در حالی که چیزی نبود، آفریدیم». ^۲ در معارف اهل بیت علیهم‌السلام نیز در مورد اهمیت خودشناسی، روایات بسیاری وارد شده است. امام علی علیه‌السلام می‌فرماید: «شناخت خود انسان، پرمنفعت‌ترین شناخت‌ها است» ^۳ (تمیمی آمدی، ۱۴۱۰ق، ص ۷۱۲).

۱. «فَلْيَنْظُرِ الْإِنْسَانُ مِمَّ خُلِقَ» (طارق، ۵)

۲. «أَوَلَا يَذْكُرُ الْإِنْسَانُ أَنَّا خَلَقْنَاهُ مِنْ قَبْلُ وَلَمْ يَكُ شَيْئًا» (مریم، ۶۷)

۳. «مَعْرِفَةُ النَّفْسِ أَنْفَعُ الْمَعَارِفِ»

بنابراین، خودشناسی به عنوان یکی از اصول تربیتی اسلام، مقدمه رشد ابعاد وجودی انسان است. اگر آدمی قبل از هر چیز خود را بشناسد، بهتر می‌تواند از سرمایه‌های وجودی خود بهره‌برد و آن‌ها را شکوفا سازد. انسان با خودشناسی، خود را ارزیابی کرده و می‌کوشد با پیراستن خویش از خصلت‌های ناروا، خصال مثبت را در خود تقویت کند. امام علی^ع می‌فرماید: «عاجزترین مردم کسی است که از اصلاح نفس خویش عاجز باشد» (تمیمی آمدی، ۱۴۱۰ق، ص ۲۰۴). مقدمه اقرار به خطاهایمان نزد خداوند، خودشناسی است و سپس شناخت مسیری است که ما را به کمال برساند و نیز دستیابی به دانشی است که ریشه خطاها و چگونگی رفع آن‌ها را به ما بشناساند. در اولین قدم برنامه NA، تمرین اصل خودشناسی از طریق اذعان به اعتیاد و ابراز ناتوانی، میسر می‌شود و این مقدمه‌ای برای اصلاح نفس است.

۲-۴. قدم دوم: امید به بهبودی در سایه توکل به یک نیروی قادر و مهربان

بهبودی یک فرآیند است و در این فرآیند، رهجویان به این باور می‌رسند که سلامت عقل خود را که در دوران عذاب از دست داده بودند، تنها یک نیروی برتر می‌تواند به آن‌ها بازگرداند (کمیته نشریات خدمات جهانی NA، ۱۳۹۱، ص ۲۸). در قدم دوم، امید به بهبودی با تکیه بر یک نیروی برتر و فوق بشری، شکوفا می‌شود. این باوری است آزموده شده و فراتر از لقلقه‌زبانی که با حس واقعی آرامش همراه است. با تکیه بر یک نیروی برتر، انسان‌ها می‌توانند سلامت عقل خود را تضمین کنند. این واقعیت افزون بر اینکه در بردارنده پیام این قدم است، دارای محتوایی است که اراده خداوند نیز بر آن سایه افکنده است. قرآن می‌فرماید: «آگاه باشید! دوستان خدا نه می‌ترسند و نه غمگین می‌شوند».^۱ معتادان گمنام، داغ دوستی و حرکت در مسیر غیرالهی را چشیده و اکنون گردهم آمده‌اند تا با جبران گذشته خود، سلامت عقل خویش را بازیابند. آنان بر این باورند که تنها با تکیه بر نیروی برتر، این هدف دست‌یافتنی می‌شود.

عدم تکیه بر نیروی برتر و انجام کارهای زیان‌آور، مانند رفتارهایی از روی اجبار و معتادگونه، باعث به مخاطره افتادن سلامت عقل و ایراد آسیب جدی به جسم و روان می‌شود. تا انسان برای اصلاح خطاهای خود به منبعی اطمینان‌بخش تکیه نداشته باشد، نه فرامین آن منبع را می‌شنود و نه در راستای نزدیکی به آن کوچک‌ترین قدمی برمی‌دارد. هنگامی که دست آدمی از همه چیز کوتاه شد، تنها یک روزنه برای آرامش و زدودن اضطراب باقی می‌ماند و آن، تکیه بر نیروی برتر از همه نیروها و بلکه به وجود آورنده همه آن‌هاست. این پناه بردن انسان به خداوند، یک میل فطری و طبیعی در وجود آدمی است که انسان با گناهان خویش، پرده غفلت را بر آن می‌پوشاند. یاد خداوند متعال، بهترین و مؤثرترین روش برای رهایی از ترس، نگرانی، دغدغه، اضطراب و متقابلاً کسب اطمینان و آرامش جسم و روان است که «تنها با یاد اوست که دل‌ها به

۱. «أَلَا إِنَّ أَوْلِيَاءَ اللَّهِ لَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ» (یونس، ۶۲)



آرامش و اطمینان دست می‌یابند».^۱ در دوراهی خیر و شرّ، یادآوری راه موردنظر خالق مهربان و در نتیجه انتخاب این راه است که به دل‌های ما آرامش می‌بخشد.

۳-۴. قدم سوم: تصمیم به سپردن زندگی به خداوند و توکل بر او

قدم سوم با این عبارات آغاز می‌شود: «ما تصمیم گرفتیم که اراده و زندگی مان را به مراقبت خداوند، آن‌گونه که او را درک می‌کردیم، بسپاریم» (کمیته نشریات خدمات جهانی NA، ۱۳۸۵، ص ۲۶). در برنامه، این اولین بار است که واژه خدا بیان می‌شود و تذکر می‌دهد که آن نیروی برتری که با تکیه بر او سلامت عقل بازمی‌گردد، خداوند است؛ البته خداوند آن‌گونه که او را درک می‌کردیم. این «درک کردن»، موضوعیت ویژه‌ای دارد. فهم از خداوند، منوط به درک شخصی است و فرد باید با درک شخصی خود به خداوند اعتقاد پیدا کند، نه بدون آگاهی و یا تحت تأثیر یا اجبار دیگران. این اعتقاد باید از اعماق وجود و با استدلالی هرچند ساده و ابتدایی، اما متقن شکل گرفته باشد. البته بعدها می‌توان به این درک و استدلال، متناسب با رشدی که در برنامه پیدا خواهد شد، عمق بخشید و خداوند را بهتر شناخت. به هر حال، این اعتقاد نباید تقلیدی باشد. این اصل، کاملاً منطبق بر آموزه فقهی حرمت تقلید در اعتقادات است.

اقدام اصلی در قدم سوم برای یک رهجو، «تصمیم‌گیری» است و مانع اصلی در تصمیم‌گیری نیز «ترس» است، چراکه مدت‌هاست اقدام به چنین کاری نکرده است، آن هم تصمیم سپردن زندگی و اراده خود به مراقبت خداوند؛ به این معنی که از این لحظه به بعد تصمیم می‌گیریم اراده خودمان را بر فرمان الهی منطبق کرده، بر او توکل کنیم و زندگی و اراده‌مان را به مراقبت او بسپاریم. او مانند مراقبی تیزبین، راه‌ها را رصد و موانع مسیر را گوشزد می‌کند. فقط می‌ماند عمل به فرامین خداوند. احکام الهی که براساس مفاسد و مصالح بشریت جعل شده‌اند، بالاترین صلاحیت را دارند که زندگی و اراده‌مان را به آن‌ها بسپاریم؛ چنانچه خداوند در وصف پیامبر اکرم ﷺ فرموده است: «مردم را به معروف امر و از منکر نهی می‌کند، طیبات را برای مردم حلال و خبیثات را حرام می‌کند».^۲ ما تصمیم می‌گیریم به این مراقبتی که از جانب خداوند است، تکیه کنیم و زندگی و اراده‌مان را به او بسپاریم. توکل و تکیه بر خداوند، از توصیه‌های مؤکد آموزه‌های دین اسلام و از نشانه‌های ایمان است؛ «افراد باایمان، باید تنها بر خدا توکل کنند».^۳

۴-۴. قدم چهارم: محاسبه نفس

قدم چهارم که در زمره مهم‌ترین قدم‌هاست، با این بیان آغاز می‌شود: «ما یک ترازنامه اخلاقی و جست‌وجوگرانه از خود تهیه کردیم» (کمیته نشریات خدمات جهانی NA، ۱۳۸۸، ص ۲۷). این قدم، ابزار

۱. «أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ» (رعد، ۲۸)

۲. «بِأَمْرِهِمْ بِالْمَعْرُوفِ وَبِیْهَابِهِمْ عَنِ الْمُنْكَرِ وَیَجِلُّ لَهُمُ الطَّيِّبَاتُ وَیَحْرَمُ عَلَيْهِمُ الْخَبَائِثُ» (اعراف، ۱۵۷)

۳. «عَلَى اللَّهِ فَالْيَتَوَكَّلِ الْمُؤْمِنُونَ» (آل عمران، ۱۲۲، ۱۶۰؛ مانده، ۱۱؛ توبه، ۵۱؛ ابراهیم، ۱۱)

لازم جهت شناخت خود و اطلاعات موردنیاز برای دوست داشتن خود را به فرد معتاد می‌دهد که حاصل آن، نشاط و آرامش است. محبت به خود، بسترساز ایجاد انگیزه در مسیر رشد و تعالی است. انسانی که خود را دوست بدارد، همه متعلقات خود را نیز دوست خواهد داشت؛ خانواده، جامعه، همسایه و... در اسلام نیز محبت به خود، موردپسند است و باید توجه داشت که پشتوانه عملی پذیرش و التزام به اسلام، همان دوست داشتن خود است، چراکه عشق به کمال و میل به سعادت است که سبب پذیرش و تبعیت می‌شود. کسی که خود را دوست نداشته باشد، نه در پی خیر و صلاح می‌رود و نه از شرها، ضررها و خسران دوری می‌گزیند. رهجو در این قدم متوجه این موضوع می‌شود که انسان ذاتاً خود را دوست دارد و به خود محبت می‌ورزد. البته باید گفت، محبت موجود در ذات نفس، منحصر به «خوددوستی» یا «حب ذات» نیست، بلکه عشق به خدا و پرستش او نیز جزء گرایش‌های فطری انسان است که ریشه در ذات نفس دارد (مصباح یزدی، ۱۳۸۳، ج ۲، ص ۳۱). توجه به نفس و محاسبه و نوشتن یک ترازنامه بی‌باکانه، موجب توجه، هوشیاری و بیداری انسان و دوری او از غفلت می‌شود. در قرآن کریم، آیات بسیاری بر ریشه داشتن شقاوت، تباهی و رذائل اخلاقی انسان در غفلت او، دلالت دارند. چنانچه آمده است: «و مسلماً بسیاری از جتّیان و آدمیان را برای دوزخ آفریده‌ایم؛ [زیرا] آنان را دل‌هایی است که به‌وسیله آن [معارف الهی را] در نمی‌یابند و چشمانی است که توسط آن [حقایق و نشانه‌های حق را] نمی‌بینند و گوش‌هایی است که به‌وسیله آن [سخن خدا و پیامبران را] نمی‌شنوند. آنان مانند چهارپایان بلکه گمراه‌ترند، اینانند که بی‌خبر و غافل [از معارف و آیات خدا] اند.»^۱ لازمه این قدم، صداقت با خود و شهامت تهیه یک ترازنامه اخلاقی بی‌باکانه است، چراکه از ایمان لازم جهت اعتماد به این فرآیند و اعتماد به خداوند برخوردار بوده و خداوند توانایی لازم برای گذر از این مرحله را به او خواهد بخشید. بی‌توجهی یا فرار از این قدم، نمایانگر عدم صداقت رهجو در امر بهبودی است.

اهمیت اجرای قدم چهارم در این است که یک فرد معتاد، به دلیل داشتن برخی ضعف‌ها و کاستی‌ها، ممکن است نسبت به مسائل و مشکلات نگرشی غیرواقعی و متفاوت از انسان‌های معمولی، داشته باشد. این قدم، روشی برای کشف خویشتن است و به همان اندازه که به رهجو کمک می‌کند تا ماهیت خطاهای خود را ببیند، او را با توانایی‌ها و داشته‌های واقعی خود نیز آشنا می‌کند (کمیتة نشریات خدمات جهانی NA، ۱۳۸۸، ص ۷۸). با توجه به روایات معصومین^ع می‌توان اخلاق و رفتار خود را به‌گونه‌ای تنظیم کرد که رهاورد آن، سعادت و رشد باشد تا افزون‌بر رضایتمندی درونی از محاسبه اعمال، بتوان تا حد امکان از لغزش‌ها نیز مصون ماند. امام کاظم^ع می‌فرماید: «از ما نیست کسی که هر روز به حساب نفس خود نرسد،

۱. «وَلَقَدْ ذَرَأْنَا لِجَهَنَّمَ كَثِيرًا مِّنَ الْجِنِّ وَالْإِنسِ لَهُمْ قُلُوبٌ لَا يَفْقَهُونَ بِهَا وَ لَهُمْ أَعْيُنٌ لَا يُبْصِرُونَ بِهَا وَ لَهُمْ آذَانٌ لَا تَسْمَعُونَ بِهَا أُولَئِكَ كَالْأَنْعَامِ بَلْ هُمْ أَضَلُّ أُولَئِكَ هُمُ الْغَافِلُونَ» (اعراف، ۱۷۹)



پس اگر کار خوبی انجام داده بود خدا را شکر کند و از خدا بخواهد که آن کار را بیشتر و بهتر بتواند انجام دهد و اگر کار بدی انجام داده بود، استغفار و توبه نماید»^۱ (مجلسی، ۱۴۰۳ق، ج ۶۷، ص ۷۲).

۴-۵. قدم پنجم: شجاعت در اقرار به خطا

در این قدم، چگونگی خطاها نسبت به خداوند، خود و دیگران به دقت اقرار می‌شود (کمیتة نشریات خدمات جهانی NA، ۱۳۸۵، ص ۴۹). تجربه نشان می‌دهد که تا شخص به مرحله پذیرش و اقرار زبانی خطای خود وارد نشود، عزم خویش را برای رفع آن جزم نمی‌کند. از آنجاکه اقرار، مسئولیت‌ساز و تعهدآور است، اقرار نمی‌کنند تا مسئولیت و تعهدی برای تغییر نیز نداشته باشند.

در این قدم رهجو بر اعتماد، شهامت و صداقت با خود تمرکز می‌کند و متعهدانه ترازنامه خود را مورد ارزیابی قرار می‌دهد و به مواردی که دوست ندارد کسی از آن مطلع شود، اقرار می‌کند. او باید شهامت غلبه بر این لحظات ترسناک را داشته باشد، چراکه انجام این کار بر مسیر آینده زندگی وی تأثیر خواهد گذاشت. تمرین اصل صداقت با خود، جهت اقرار به چگونگی دقیق خطاها در نزد خویش، یک اصل ضروری است. اقرار و بیان بیماری برای دریافت درمان، نقشی اساسی و تربیتی در این قدم دارد. ممکن است گفته شود مگر غیر از این است که فاش کردن گناه در غیر پیشگاه خداوند غفّار، امری است ناپسند و غیرجایز؟ در پاسخ به این سؤال باید گفت، نوشتن ترازنامه و خواندن آن نزد شخص امین، صالح، مسلط بر موضوع و دارای تجربه عملی (راهنما)، رهجو را در شناسایی الگوهای غلط رفتاری که منجر به بروز خطاها و کاستی‌های اخلاقی می‌شود، یاری رساننده و درپی آن، موجبات اقدام برای غلبه بر این خطاها را فراهم می‌کند. رجوع فرد خطاکار به این اشخاص، از حیث مراجعه به افراد آگاه و صاحب تجربه و تخصص است. همان‌طور که در زمینه‌های مختلف اخلاقی به علمای مربوطه مراجعه می‌کنیم، در این مرحله حساس از فرآیند برنامه معتادان گمنام، رهجو در راستای «کمک یک معتاد به معتاد دیگر» و درکی که این افراد نسبت به مسائل مشترک‌شان پیدا کرده‌اند، با رعایت اصل گمنامی، به یک شخص دیگر، که البته دارای ویژگی‌های اخلاقی و رفتاری مورد قبولی است، مراجعه کرده و ترازنامه جست‌وجوگرانه و بی‌باکانه خود را قرائت می‌کند^۲ و از خداوند قادر مهربان می‌خواهد که در رفع آن نواقص، بهترین مسیر را به روی او بگشاید.

۴-۶. قدم ششم: اعلام آمادگی برای تهذیب و تزکیه با توکل بر خداوند و تبعیت از او

اکنون در قدم ششم هستیم و این آمادگی در رهجو ایجاد شده است که خداوند، نواقص شخصیتی او را

۱. «لیس مِنَّا مَنْ لَمْ يُحَاسِبْ نَفْسَهُ فِي كُلِّ يَوْمٍ فَإِنَّ عَمَلَ خَيْرًا اسْتَرَادَ اللَّهُ مِنْهُ وَ حَمْدَ اللَّهِ عَلَيْهِ وَ إِنَّ عَمَلَ شَرًّا اسْتَعْفَرَ اللَّهُ مِنْهُ وَ تَابَ إِلَيْهِ».
 ۲. البته اشاره به موضوع کافی است و لزومی ندارد که ریز گناه را شرح دهند. در بعضی موارد، بیان ریز معصیت، با واکنش راهنما مواجه شده و رهجو را از ادامه بیان نهی می‌کند.

برطرف کند (کمیته نشریات خدمات جهانی NA، ۱۳۹۱، ص ۹۴). نواقص فرد، همان ویژگی های اصلی گزینه انسانی هستند که به واسطه خودمحوری و افراط در لذت جویی، از مدار طبیعی خود خارج شده اند (همان، ص ۱۰۱). آمادگی کامل، به معنای اعلام آگاهی از نواقص خود، خستگی از وضعیت موجود و ناتوانی از استمرار این وضعیت است. اینجاست که باید خود واقعی و فطری و خدادادی خویش را احیا کند و با توکل بر خداوند و اجرای فرامین او برای رفع هر کمبودی، به خود یادآوری کند که جمعیت ما از حرکت در غیر از مسیری که خالقش برای او ترسیم کرده بود، آسیب فراوان دیده است. رهجو در این قدم، با کوله‌باری از تجربه تلخ، اما با امید به خداوند و تکیه بر خودشناسی و خودسازی کسب شده در مراحل پیشین فرآیند درمانی، آمادگی اعلام این واقعیت را دارد که راهکار مشکلات تنها دست خداوند است. وی با استقامت در این راه، قصد استمداد از او در رفع کاستی ها و گام برداشتن در مسیر مستقیم صلاح را دارد: «ای فرزندان آدم! آیا به شما سفارش نکردم که شیطان را مپرستید که او بی‌تردید دشمن آشکاری برای شماست؟ و اینکه مرا پرستید که این راهی است مستقیم».^۱ بدیهی است که اعلام آمادگی برای انجام عمل براساس خواست و اراده الهی، مستلزم تفکر عقلانی درباب سؤالات ناظر به شناخت مشیت الهی و نیز شناخت هدف خداوند از خلقت انسان و فلسفه ارسال پیامبران ... است.

۴-۷. قدم هفتم: فروتنی در برابر دستورات خداوند برای دفع مفاصد اخلاقی و اكمال فضایل اخلاقی

در این قدم، با فروتنی از خداوند درخواست می‌شود تا کمبودهای اخلاقی را برطرف کند (کمیته نشریات خدمات جهانی NA، ۱۳۹۱، ص ۱۰۷). این قدم، اقدام عملی در جهت رفع هر آن چیزی است که در قدم قبل، نسبت به آن اعلام آمادگی شده بود. فروتنی نشانه پذیرش برنامه خداوند در جهت رفع کمبودها و تقویت داشته‌هایمان است. این اقدام عملی، تنها به پشتوانه یک اراده محکم محقق می‌شود، چراکه صرف برخورداری از معرفت حصولی، باعث امثال بی‌قید و شرط دستورات خداوند نمی‌شود. اراده محکم انسان حاصل ایمان اوست، این ایمان تنها از طریق خودسازی کسب می‌شود. از این‌رو می‌توان خودسازی و نتیجه آن یعنی تقوا را از ضروریات زندگی یک جامعه سعادت‌مند و پیشران حرکت انسان به سوی یک اقدام عملی دانست. شهید مطهری در این زمینه، می‌نویسد: «نباید تصور کرد که تقوا از مختصات دینداری است، از قبیل نماز و روزه، بلکه تقوا لازمه انسانیت است. انسان اگر بخواهد از طرز زندگی حیوانی و جنگلی خارج شود، ناچار است که تقوا داشته باشد» (مطهری، ۱۳۸۹، ج ۲۳، ص ۶۹۷). از این‌رو به گفته عالمان اخلاق: «تا نفس انسانی از آلودگی های اخلاقی خالی نشود، به خُلقیات پسندیده مزین نمی‌شود و تجلّی‌گاه صفات حق نمی‌گردد. همچنان که آینه تا پاک نشود، چهره تو را منعکس نمی‌کند و مانند بدن مادام که در بیماری

۱. «أَلَمْ أَعْهَدْ إِلَيْكُمْ يَا بَنِي آدَمَ أَنْ لَا تَعْبُدُوا الشَّيْطَانَ إِنَّهُ لَكُمْ عَدُوٌّ مُبِينٌ وَأَنْ اعْبُدُونِي هَذَا صِرَاطٌ مُسْتَقِيمٌ» (یس، ۶۰-۶۱)



است، تصور بهبودی و بازگشت سلامت برای آن ممکن نیست» (نراقی، ۱۳۸۱، ج ۱، ص ۴۲). بنابراین، درخواست از خداوند برای رفع کمبودهای اخلاقی، منوط به رعایت تقوا و دوری از شرور نفسانی است، چراکه هرچه بیشتر از خداوند فاصله گرفته شود، کمتر حضور او در زندگی احساس خواهد شد (کمیته نشریات خدمات جهانی NA، ۱۳۹۱، ص ۱۱۴).

۸-۴. قدم هشتم و نهم: بررسی دقیق حق الناس و جبران آن‌ها

از موضوعات مورد تأکید آموزه‌های دینی، مقوله مراعات حقوق مردم و احترام به جان و مال و آبروی آنان است. تا جایی که خداوند، رعایت حق مردم را مقدمه توجه به حق الله دانسته است. امام علی علیه السلام می‌فرماید: «خداوند حقوق بندگانش را مقدم بر حقوق خود قرار داد»^۱ (تمیمی آمدی، ۱۴۱۰ق، ح ۶۴، ص ۳۴). قدم‌هایی که تا اینجا در فرآیند بهبودی برداشته شد، به خودسازی درونی - اعم از اعتقادات و رفتار فردی - اختصاص داشت و هدف، اصلاح رابطه میان خود و خداوند قادر و مهربان بود. از قدم هشتم، دیگران نیز در فرآیند بهبودی وارد می‌شوند (کمیته نشریات خدمات جهانی NA، ۱۳۹۱، ص ۱۲۰) و آنقدر اهمیت پیدا می‌کنند که سستی و ناتوانی رهجو در اجرای راهکارهای ارائه‌شده در جهت ادای حقوق آنان، نشانه‌ای از عدم صداقت او در قدم‌های پیشین شمرده می‌شود. در قدم هشتم، ما فهرستی از تمام کسانی که به آن‌ها صدمه زده بودیم تهیه کرده و خواستار جبران خسارات وارده به آنان می‌شویم (کمیته نشریات خدمات جهانی NA، ۱۳۸۵، ص ۷۵). آشکار شدن تغییر در بهبودی رهجو، خود را در این مراحل به اثبات می‌رساند. تصمیم به ادای حق الناس، تصمیم به انجام عبادتی است که در نزد برگزیدگان خداوند، عبادتی بالاتر از آن نیست.^۲ (مجلسی، ۱۴۰۳ق، ج ۷۴، ص ۲۴۲) پس، فهرستی کامل از تمام افراد ذی حق تهیه می‌شود و این فرآیند را با روحانیت حاصل از کارکرد این قدم‌ها ادامه می‌دهند و به قدم بسیار مهم بعدی وارد می‌شوند.

در گام نهم، به‌طور مستقیم هر جا که امکان داشت، از این افراد جبران خسارت می‌شود، مگر در مواردی که اجرای این امر به ایشان و یا دیگران لطمه وارد کند (کمیته نشریات خدمات جهانی NA، ۱۳۹۱، ص ۱۳۵). آمادگی که رهجو در این قدم و قبل از شروع جبران خسارت به آن نیاز دارد، تقویت صفاتی است که از قبل در وی وجود دارد. میزان بصیرت، خودآگاهی و بخششی که رهجو می‌تواند در فرآیند جبران خسارت به‌کار برد، با تجربه حاصل از قدم‌های قبلی و نیز اندازه تلاشی که تمایل دارد تا برای بهبودی خود صرف کند، رابطه مستقیم دارد؛ چنانچه خداوند هم می‌فرماید: «برای انسان جز آنچه تلاش کرده [هیچ نصیب و بهره‌ای] نیست».^۳

۱. «جَعَلَ اللَّهُ سُبْحَانَهُ حُقُوقَ عِبَادِهِ مُقَدَّمَةً لِحُقُوقِهِ»

۲. «مَا عُبِدَ اللَّهُ بِشَيْءٍ أَفْضَلَ مِنْ آدَاءِ حَقِّ الْمُؤْمِنِ»

۳. «وَأَنْ لَيْسَ لِلْإِنْسَانِ إِلَّا مَا سَعَى» (نجم، ۳۹)

۹-۴. قدم دهم: خوف و رجا و مراعات دائمی تقوا

این قدم به ما یادآوری می‌کند که بهبودی، یک فرآیند و حاصل پایش مستمر است و خداوند متعهد به مصون نگه داشتن انسان از آفات، مفاسد و نقص‌ها نیست. به محض تمایل مجدد به راه کج، همه ساخته‌ها ویران خواهند شد. از این رو، همچنان به تهیه ترازنامه شخصی خود ادامه داده و هرگاه در اشتباه بودیم، سریعاً به آن اقرار کرده و عذرخواهی می‌کنیم (کمیته نشریات خدمات جهانی NA، ۱۳۹۱، ص ۱۵۹). این آموزه‌ها منطبق بر آموزه‌های دین اسلام است. از نگاه قرآن، از یکسو عذرخواهی و عذرپذیری امری پسندیده است و از سوی دیگر، انسان باید به گونه‌ای رفتار کند که نیازمند عذرخواهی نباشد، اما از آنجاکه انسان ممکن الخطاست، از وی خواسته شده است که منش عذرخواهی را در خود ایجاد و تقویت کند. چنانچه امام علی^{علیه السلام} عذرخواهی را نشانه عقلانیت دانسته است و می‌فرماید: «پوزش [از خطا] دلیل خردمندی است» (تمیمی آمدی، ۱۴۱۰ق، ص ۳۵). این قدم، رهجو را وامی‌دارد تا با مرور و تکرار مستمر قدم‌های چهارم تا نهم و تنظیم ترازنامه روزانه، به اعمال خود رسیدگی کرده و خود را مخاطب فرمایش پیامبر^{صلی الله علیه و آله} قرار دهد که فرمود: «پیش از آنکه مورد حسابرسی قرار گیرید، خود به حساب نفس‌تان برسید» (ری شهری، ۱۳۹۵، ج ۵، ص ۴۳۴). رهجو می‌بایست دوباره فهرست جبران خسارت‌هایی که ممکن است در دوران بهبودی مرتکب شده باشد را تکمیل کند و این فرآیند را تا واپسین دم حیات خود ادامه دهد.

۱۰-۴. قدم یازدهم: ارتقای کیفیت رابطه با معبود و تلاش برای تحقق اراده او در زندگی

در قدم یازدهم، ما از راه دعا و مراقبه خواهان ارتقای رابطه آگاهانه خود با خداوند، بدان گونه که او را درک می‌کردیم شده و فقط جویای آگاهی از اراده او و قدرتی که بتوانیم اراده او را اجرا کنیم، می‌شویم (کمیته نشریات خدمات جهانی NA، ۱۳۸۸، ص ۴۴). این قدم بر این اصل استوار است که دعا کردن یکی از بهترین روش‌های ایجاد ارتباط با خداوند است (همان، ۱۳۹۱، ص ۱۷۸) و به همین دلیل، رهجو باید برنامه دقیق و منظمی برای دعا و گفت‌وگویی با خداوند داشته باشد.

دعا از جمله اعمالی است که افزون بر بسترسازی وصال به مطلوب، خود یک عامل قوی در درمان دردهای روحی است. شهید مطهری با تأکید بر همین نکته می‌نویسد: «دعا اگر از لقلقه زبان بگذرد و دل با زبان هماهنگی کند و روح انسان به اهتزاز آید، یک روحانیت بسیار عالی دارد، مثل این است که خود را غرق در نور می‌بیند، شرافت گوهر انسانیت را در آن وقت احساس می‌کند. آن وقت خوب درک می‌کند که در سایر اوقات که چیزهای کوچک، او را به خود مشغول داشته بود و او را آزار می‌داد، چقدر پست و ساقط و سافل بوده است. انسان وقتی که از غیر خدا چیزی می‌خواهد، احساس مذلت می‌کند، اما وقتی که از خدا می‌خواهد، احساس عزت می‌کند» (مطهری، ۱۳۸۹، ج ۲۳، ص ۷۸۲). البته دعا باید از اعماق وجود رهجو برخیزد و زبان او، ترجمان تمام اعضا و جوارحش باشد. لذا، در این قدم تصریح می‌شود که فرآیند



بهبودی و کارکرد قدم، در نهایت ما را به ارتباط عمیق با خداوند سوق می‌دهد. بر این اساس، اگر حاصل کارکرد قدم‌ها به نتیجه‌ای غیر از این منجر شود، نشانگر خطا بودن راه است و برای اصلاح آن باید تراز گرفته شود و بعد از آشکار شدن خطاها، در جهت اصلاح آن‌ها اقدام گردد. در این قدم، رهجو بعد از ارتقای ارتباط با خدا از راه دعا، در جست‌وجوی خواست الهی است و از خداوند می‌خواهد تا توان اجرای آن را در زندگی به او ببخشد. از آنجاکه خداوند مخلوقات خود را هدفمند آفریده و برای تحقق این اهداف، تکالیف و حقوقی را وضع کرده است، بنابراین، ما باید به‌عنوان یک باورمند به نظام توحیدی، در جست‌وجوی شناخت این وظایف بوده و از خداوند، توفیق عمل به یافته‌های خود را مطالبه کنیم.

۱۱-۴. قدم دوازدهم: زکات دانش و نشر خوبی‌ها و تلاش برای زدودن بدی‌ها

در قدم دوازدهم به‌واسطه بیداری روحانی حاصل از کارکرد قدم‌های پیشین، رهجو تعهدی وجدانی را بر دوش خود احساس کرده و می‌کوشد افزون‌بر اجرای این اصول روحانی در زندگی خود، پیام آن‌ها را به تمام معتادین در عذاب، در سراسر جهان برساند.

در این قدم، تمرکز اصلی بر عشق بلاشرط، از خودگذشتگی و ثبات قدم است (کمیته نشریات خدمات جهانی NA، ۱۳۹۱، ص ۲۰۸). همه کارها با نیت خیر و برای رسیدن به هدفی والا انجام می‌پذیرد و آن هم رساندن پیام گروه معتادان گمنام به هر معتاد در عذاب است؛ هر معتادی می‌تواند با قطع مصرف مواد مخدر از وسوسه مصرف رهایی یابد و راه تازه‌ای برای زندگی پیدا کند.

در قدم دوازدهم آمده است: «اصل ابراز محبت و دستگیری از دیگران در هر شرایطی در دستور کار ما قرار دارد. کمک به دیگران شاید بزرگ‌ترین مراد دل انسان باشد و گویا در نتیجه تأثیرگذاری نیرویی برتر بر زندگی مان، در ما به ودیعه گذارده شده است. اگر از خداوند خود استدعا کنیم که ما را در رساندن پیام بهبودی به معتادی دیگر کمک کند، آنگاه وظیفه خود را به بهترین نحو ممکن انجام داده‌ایم» (کمیته نشریات خدمات جهانی NA، ۱۳۸۵، ص ۱۱۹). کمک کردن به دیگران از چنان جایگاهی برخوردار است که در روایات وارد، تمام عمر شخص یاری‌رسان را عبادت به حساب آورده‌اند. چنانچه امام علی علیه السلام از رسول خدا صلی الله علیه و آله نقل می‌کند: «هرکه برای برادر مؤمنش مشکلی را حل کند، به‌سان کسی است که تمام عمرش خدا را عبادت کرده است» (حرّعاملی، ۱۴۲۹ق، ج ۱۶، ص ۳۶۱). بنابراین، چه زدودن مشکلی بالاتر از نجات یک معتاد از اعتیاد که به‌سان نجات یک جان است و از آن بالاتر که به باور بنیان‌گذار جمهوری اسلامی ایران، نجات معتاد، نجات اسلام است (امام خمینی، ۱۳۸۹، ج ۱۱، ص ۴۲۸).

از دیگر انگیزه‌های پیام‌رسانی می‌توان به زکات دانش و نشر داشته‌ها اشاره کرد. فرد با پیام‌رسانی یا پذیرش رهجو (در سِمَت راهنما)، خود را دائماً در معرض این اصول و روحانیت و معنویت حاصل از آن

قرار می‌دهد و بدین‌گونه کمتر دچار آسیب‌های ناشی از غفلت از یاد خدا و غرق شدن در کمبودهای اخلاقی و شخصیتی می‌شود. ما فقط با دادن آن چیزی که داریم، می‌توانیم آن را برای خود نگه داریم. کسی که دانش را پنهان کند، به دانسته خود اعتماد ندارد (تمیمی آمدی، ۱۴۱۰ق، ص ۸۳)، در حالی که زیبایی دانش به پراکندن آن است، به خصوص دانشی که توانایی گشودن گره‌ای از کار دیگران را نیز داشته باشد. امیر مؤمنان علیه السلام می‌فرماید: «زیبایی دانش به پراکندن آن و میوه‌اش، در عمل به آن و نگهداریش و در قرار دادن دانش در میان اهل آن است» (تمیمی آمدی، ۱۴۱۰ق، ص ۳۳۸).

۵. نتیجه‌گیری

محتوای برنامه معتادان گمنام به دلیل ریشه داشتن در مبانی هستی‌شناسی سکولاریستی و انسان‌شناسی اومانستی، فاقد ظرفیت لازم برای تبدیل شدن به متنی برای زندگی است، چراکه محتوای تبیینی این برنامه توانمندی لازم را در اغنای درونی رهجویان و سیراب کردن روح تشنه جست‌وجوگران ندارد. بنابراین، باید برای ثبات قدم اعضای برنامه معتادان گمنام که توانسته‌اند با روش‌ها و تکنیک‌های این برنامه از چنگال اعتیاد رهایی یابند، محتوای تبیینی درخور و منطبق با ارزش‌ها و آموزه‌های اسلامی تهیه و ارائه نمود. براساس تجربه زیسته بیش از یک دهه حضور و فعالیت در انجمن معتادان گمنام، تنها از این طریق است که می‌توان از لغزش‌های رفتاری، اخلاقی و اعتقادی معتادان درحال بهبودی جلوگیری کرد. با کاربست آموزه‌های دینی مانند خودشناسی و امید به استفاده از نعمت عقل و شناسایی یگانه معبود هستی و سپردن زندگی به فرامین او و با محاسبه نفس و پذیرش مسئولیت اعمال خود و پاک کردن آن‌ها از رذائل و با انقیاد و تواضع در برابر دستورات الهی و مراعات دائمی تقوا و بررسی دقیق حق‌الناس و جبران خسارات وارده بر دیگران، رهجویان می‌توانند رابطه خود با معبود هستی را ارتقا داده و با پیروی از دستورات ائمه دین علیهم‌السلام، پیام‌رسان این روش زندگی برای معتادانی باشند که هنوز در عذاب مصرف مواد مخدر گرفتارند؛ چراکه نشر دانش و روشی که بتواند ما را در مواجهه با پیامدهای مسائل جامعه (که افزون بر حرمت شرعی، دارای آثار زیان‌بار فردی و اجتماعی است) یاری رساند، از ضروریات حفظ امنیت همه‌جانبه فردی و اجتماعی به‌شمار می‌آید. ضرورت انتقال دانش موردنظر، با آگاهی از توانایی مقابله آن دانش با نقشه‌ها و توطئه‌های استعماری دشمنان اسلام، بیش از پیش آشکار می‌شود؛ چنانچه امام خمینی در مورد نجات جامعه اسلامی از مسئله اعتیاد، اینگونه بیان داشتند: «مسئله، نجات یک آدم نیست. مسئله، نجات اسلام است» (امام خمینی، ۱۳۸۹، ج ۱۱، ص ۴۲۸). قطعاً اگر کاستی‌های این برنامه، با نکات اصلاحی مطروحه در پژوهش حاضر مرتفع شوند و در جهت انطباق محتوای این برنامه با فرهنگ ناب اسلامی تلاش شود، این برنامه می‌تواند به روح انسان و فرهنگ جامعه خدمت کند و فرد و جامعه را در رهایی از معضل اعتیاد و ایجاد یک جامعه متخلق به اخلاق الهی یاری رساند.



منابع

قرآن کریم.

- احمدی، صفورا (۱۴۰۱). تبیین اصول و مبانی اندیشه NA (معتادان گمنام) و بررسی و تحلیل آن از منظر معارف اسلامی. دانشگاه علوم و معارف قرآن کریم اصفهان.
- تقی‌زاده جلودار، سمانه (۱۳۹۷). مقایسه وسوسه، ذهن آگاهی، بهزیستی معنوی معتادان تحت درمان نگهدارنده با متادون و معتادان انجمن گمنام شهر بابل. مؤسسه آموزش عالی فروردین قائمشهر.
- تمیمی آمدی، عبدالواحد ابن محمد (۱۴۱۰ق). غرر الحکم. قم: دار الکتاب الاسلامی، چاپ دوم.
- جعفری، سیده سمیه (۱۳۹۳). مقایسه سرسختی روان‌شناختی و جهت‌گیری مذهبی در معتادان گمنام و معتادان مراکز سرپایی. دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی دانشگاه محقق اردبیلی اردبیل.
- حرّ عاملی، محمدبن حسن (۱۴۲۹ق). وسائل الشیعه. بیروت: آل‌البیت، چاپ سوم، ج ۱۶.
- خمینی، سید روح‌الله (۱۳۸۹). صحیفه امام. تهران: مؤسسه تنظیم و نشر آثار امام خمینی، چاپ پنجم، ج ۱۱.
- خوانساری طره، محمدهادی (۱۳۹۸). معنویت در انجمن‌های گمنام. دانشکده الهیات و معارف اسلامی، دانشگاه تهران.
- ری‌شهری، محمد (۱۳۹۵). دانشنامه میزان الحکمه. قم: دار الحدیث، چاپ هفتم، ج ۵.
- سیاهی اتابکی، علی محمد و همکاران (۱۳۹۳). بررسی دقیق مفهوم تفکر انتقادی. مطالعات آموزش بین‌الملل کانادا، ۸(۳).
- کمیته نشریات خدمات جهانی NA (۱۳۸۸). کتاب پایه. کمیته ترجمه. تهران: نشر ترقی، ویرایش ششم.
- کمیته نشریات خدمات جهانی NA (۱۳۹۱). راهنمای کارکرد قدم. کمیته ترجمه. تهران: کیمیا اثر.
- کمیته نشریات خدمات جهانی NA (۱۳۸۵). چگونگی عملکرد. کمیته ترجمه. تهران: نشر ترقی.
- مجلسی، محمدتقی (۱۴۰۳ق). بحار الانوار. بیروت: دار الاحیاء، ج ۶۷، ۷۴.
- مصباح یزدی، محمدتقی (۱۳۸۳). اخلاق در قرآن. قم: مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی، چاپ هفتم، ج ۲.
- مطهری، مرتضی (۱۳۸۹). مجموعه آثار. قم: صدرا، ج ۲۳.
- مهدوی، نسرین (۱۳۹۵). بررسی مردم‌شناختی سازمان‌های مردم‌نهاد در شهر تهران: مورد مطالعه انجمن خانواده معتادان گمنام (نارانان). دانشکده علوم اجتماعی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران مرکزی.
- نراقی، محمد مهدی (۱۳۸۱). جامع السعادات. ترجمه جلال‌الدین مجتوبی. تهران: حکمت، چاپ ششم، ج ۱.

Fisher, A. (2011). *Critical thinking: An introduction*. Cambridge University Press.