स्पोन्सरसिप

सुरुमा एन.ए. मिटिङ्गहरूमा सहभागी हुँदा स्पोन्सर खोज भनेर पहिलो कुरा हामी धेरैले सुन्ने गर्छौं। नयाँ भएको ले, हामी यसको मतलब के हो भनेर बुझ्दैनौं। स्पोन्सर भनेको को हो? हामी स्पोन्सर कसरी खोज्छौं र प्रयोग गर्छौं? कहाँ हामी यसलाई पाउन सक्छौं? स्पोन्सरसिपको बारेमा विस्तृत रुपमा परिचय दिने उद्धेश्यले यो पर्चा तयार गरिएको हो।

एक दुर्व्यसनीले अर्को दुर्व्यसनीलाई मद्धत गर्नु भनेको नै स्पोन्सरसिप हो र हाम्रो बेसिक टेक्स्टले भने अनुसार "दुई दुर्व्यसनीले एक अर्काको सुधारमा साथ दिएमा नै एन.ए. को मुटु धड्कन्छ।" स्पोन्सरसिपको दोहोरोपनाले माया, आत्मियता र सद्भावको सम्बन्ध राख्छ, जसले स्पोन्सर र स्पोन्सी दुवैलाई मद्धत गर्दछ।

स्पोन्सर को हो?

स्पोन्सरसिप भन्नाले नितान्त व्यक्तिगत र निजी सम्बन्ध हो जसको अर्थ विभिन्न व्यक्तिहरूमा फरक हुन्छ। यस पर्चाको उद्धेश्य अनुरुप एन.ए. मा स्पोन्सर नार्कोटिक्स एनोनिमसको सदस्य हुन्छ, जो हाम्रो सुधारको कार्यक्रममा काम गरिरहेको हुन्छ, र जो हामीसँग व्यक्तिगत, सहयोगी र एक आपसमा सम्बन्ध बढाउन ईच्छुक हुन्छ। धेरै सदस्यहरूले पहिलो पटकमा, स्पोन्सर भन्नाले एन.ए. का बाह्र पाइला, बाह्र परम्परा र बाह्रै वटा धारणाहरूमा काम गर्न मद्धत गर्ने व्यक्ति भनि सोच्दछन्। स्पोन्सर एउटा साथी नै हुनुपर्छ भन्ने छैन तर त्यस्तो व्यक्ति हुनुपर्छ जो सँग हामी खुलेर कुरा गर्न सक्छौं। हामीले जुन कुराहरू मिटिङ्गमा गर्न सक्दैनौ त्यो हामी स्पोन्सरसँग खुलेर पोख्न सक्छौं।

> मेरो स्पोन्सरसँगको सम्बन्ध अरु व्यक्तिहरूसँगको विश्वासमा वृद्धि र उपरोक्त पाईलाहरूमा काम गर्ने मुख्य प्रेरणा बनेको छ। मैले मेरा जीवनका सारा अप्ठ्यारा परिस्थितिहरू स्पोन्सरसँग बाँडे अनि उसले पनि सोही स्थानबाट आफू आएको बतायो। उसले मलाई नशा बिना पनि बाँच्न सकिन्छ भनेर सिकाउन थाल्यो।

स्पोन्सरले के गर्ने गर्दछ?

स्पोन्सरहरूले आफ्नो अनुभव, शक्ति र आशा आफ्ना स्पोन्सीहरूलाई बाँड्दछन्। कसैले उनीहरू माया गर्ने, सद्भाव राख्ने, जसलाई विश्वास पुर्वक सुनाउन सक्ने र जस्तो भएतापनि उनीहरूलाई सहयोग गर्ने भनेर स्पोन्सरको व्याख्या गर्ने गर्दछन्। अरुहरूले स्वीकार गर्न कठिन हुन सक्ने भएपनि स्पोन्सरहरूको प्रत्यक्ष र ईमान्दार सुझावमा भर पर्दै, उनीहरूले प्रदान गर्न सक्ने निष्पक्ष सुझावलाई महत्व दिन्छन् र कोही भने बाह्र पाईलाहरूको निर्देशनको लागि मात्र भएपनि स्पोन्सर बनाउने गर्दछन्।

> कसैले सोध्यो, "किन स्पोन्सर मलाई आवश्यक हुन्छ?" स्पोन्सरले उत्तर दियो, "आफ्नो छकाउने भावना आफैंले केलाउन गाह्रो हुन्छ।"

एन.ए. ले जुन कुराको निम्ति काम गर्छ स्पोन्सरले पनि त्यसैको निम्ति काम गर्छ – किनकी सुधार भइरहेका दुर्व्यसनीहरूले दुर्व्यसन र सुधारको समान बन्धनहरू बाड्दछन् र धेरै कुराहरूमा एक अर्कासँग उस्तै अनुभव गर्न सक्दछन्। एउटा स्पोन्सरको भूमिका कानूनी सल्लाहकार, बैंकर, अभिभावक, वैवाहिक परामर्शदाता वा सामाजिक कार्यकर्ता जस्तो हुँदैन। नत स्पोन्सर एउटा व्यावसायिक सल्लाह दिने चिकित्सक नै हो। एउटा स्पोन्सर भन्नाले साधारणतय एउटा दुर्व्यसनी नै हो जो बाह्र पाइलाद्धारा आफ्नो सुधारको अनुभव बाँड्न ईच्छुक हुन्छ।

जब हामीले हाम्रो जिज्ञासा र प्रश्नहरू स्पोन्सर सामु राख्ने गर्दछौं कहिलेकाँही उनीहरूले पनि आफ्नो अनुभवहरू बाँड्ने गर्दछन्। अन्य समयहरूमा पढ्ने वा दिएको काम लेख्ने, वा कार्यक्रमको प्रश्नहरूको उत्तर दिने कोशिश गर्नु भनी सुझाव दिने गर्दछन्। जब हामी एन.ए. मा नयाँ हुन्छौं, स्पोन्सरले हामीलाई एन.ए. कार्यक्रम प्रति आउने हाम्रो दुविधाहरू, एन.ए. को भाषा, मिटिङ्ग फरम्याटहरू, र सेवा बनौट देखि लिएर एन.ए. का सिद्धान्तहरूको अर्थ र आध्यात्मिक जागरणको स्वभाव बुझाउन मद्धत गर्ने गर्दछन्।

स्पोन्सीले के गर्दछ?

स्पोन्सीलाई नियमित रुपमा हाम्रो स्पोन्सरसँग सम्पर्क राख्ने सुझाव दिईन्छ। आफ्नो स्पोन्सरसंग फोनमा कुरा गर्नुको साथ हामी मिटिङ्गमा भेट्ने व्यवस्था पनि मिलाउन सक्छौं। कुनै स्पोन्सरहरूले उनीहरूलाई कति पटक जस्तो सम्पर्क राख्न सकिन्छ भन्ने हामीलाई जनाउँछन् भने कतिले यस्तो सीमाको आवश्यकता राख्दैनन्। यदि हामीले आफू वरपर बस्ने स्पोन्सर पाएनौं भने हामी कुनै प्रविधि वा चिठी-पत्रद्वारा नजिक हुन सक्छौं। आफ्नो स्पोन्सरसँग सम्पर्कमा रहने तरिका जुन सुकै भएपनि खुल्ला मनस्थितिले सुन्नु र ईमान्दार हुनु नै एकदम महत्वपूर्ण हुन्छ।

> म आफ्नो स्पोन्सरले दिएको साधारण निर्देशन र नयाँ दृष्टिकोण माथि भर पर्छु। केही नभए पनि उ मेरो लागि सुनिदिने महत्वपूर्ण व्यक्ति हो। कहिलेकाँही कसैसंग केही कुरा चर्को स्वरले भन्दा मात्र मैले केही भिन्नता देख्न सक्छु।

हामी स्पोन्सरहरूको लागि बोझ बन्ने चिन्ताले गर्दा उनीहरूसंग हिचकिचाउँदछौं अथवा बदलामा स्पोन्सरले हामीबाट केही चाहन्छ कि भनेर सोच्न पुग्दछौं। तर सत्य कुरा यो हो कि जति फाइदा हामीले हाम्रो सम्बन्धबाट पाएका हुन्छौं त्यति नै फाइदा हाम्रो स्पोन्सरले पनि पाएको हुन्छ। हाम्रो कार्यक्रममा हामीसँग जे छ त्यसलाई बाँडेर मात्र जोगाउन सक्ने कुरामा हामी विश्वास गर्छौंस र स्पोन्सरहरूको प्रयोग गरेर, वास्तवमा हामी उनीहरूलाई स्वच्छ रहन र सुधारमा मद्धत गरिरहेका हुन्छौं।

हामीले स्पोन्सर कसरी पाउन सक्छौं?

स्पोन्सर पाउनको लागि, हामीले केवल भन्नु मात्र पर्छ। यो कार्य सरल भएतापनि सजिलो नहुन सक्छ। हामी धेरै जसो स्पोन्सर बनाउन डराउँछौं। सक्रिय दुर्व्यसनको क्रममा हामीले कसैलाई विश्वास गर्नुहुँदैन भनेर सिकेका थियौ होला र कसैलाई हाम्रो कुरा सुनिदिने र हामीलाई सहयोग गर्ने बिचारले एक्लोपन र डर पैदा गराईरहन सक्ला। त्यसो भएतापनि हाम्रा धेरै सदस्यहरूले स्पोन्सरसिपलाई सुधारको अभिन्न भाग भएको कुराको व्याख्या गर्दछन्। कहिलेकाँही हामी साहस बटुलेर कसैलाई भन्छौं तर हाम्रो प्रस्तावलाई नकारिन्छ। यदि त्यसो भएमा, आस्था राखि फेरी निरन्तरता दिनु आवश्यक छ र उसको निर्णयलाई व्यक्तिगत रुपमा नलिने प्रयास गर्नुपदर्छ। कसैले हामीलाई नकार्नुको कारण पक्कै पनि हाम्रो लागि समय नहुन सक्छ : उनीहरूको जीवन व्यस्त वा स्पोन्सीहरू धेरै हुन सक्छ वा उनीहरू गाह्रो समयबाट गुज्रिरहेको हुन सक्छन्। हाम्रो आस्थालाई पुनः अठोट गरी अरु कसैसंग सोध्न आवश्यक हुन्छ।

> जब मैले मेरो स्पोन्सरलाई रोजे, मैले एक अर्न्तवार्ताको रुपमा लिएँ। के हामी मेल खान्छौं? तिम्रा र मेरा अपेक्षाहरू के के छन? मैले जो खुल्ला-मनस्थितिको छ र जो सँग कुरा गर्दा मलाई सजिलो महशुस हुन्छ, त्यो व्यक्तिलाई खोजें।

स्पोन्सर खोज्ने एउटा सर्वोत्तम ठाउँ भनेको एन.ए मिटिङ्ग नै हो। स्पोन्सरलाई खोज्ने अरु ठाउँहरू भनेको एन.ए इभेन्ट, जस्तै सेवा मिटिङ्ग र कन्भेन्सनहरू हो। स्पोन्सर खोज्ने क्रममा धेरै जसो सदस्यहरूले जो विश्वासिलो, दयालु र जो कार्यक्रममा सक्रिय रुपमा लागिरहेको हुन्छ उसलाई रोज्ने गर्दछन्। एन.ए. मा विशेष गरी नयाँ आएका धेरै जसो सदस्यहरूले आफू भन्दा धेरै समय नशारहित भएको स्पोन्सर खोज्ने कार्यलाई महत्वपूर्ण ठान्दछन्।

त्यस्तो व्यक्तिलाई स्पोन्सर बनाउनु उचित हुन्छ जो हाम्रो जस्तो अनुभव, संघर्ष र प्राप्तिहरूबाट गुज्रिएको छ। धेरै जसोलाई समान लिङ्ग भएको स्पोन्सर खोज्नाले यो अनुभुतिलाई सजिलो बनाउँछ र सम्बन्ध सुरक्षित भएको महशुस गराउँदछ। लिङ्ग कुनै निर्णायक आधार हुनु हुँदैन भन्ने कोही सोच्ने गर्दछन्। हामी आफ्नो लागि आफैं स्पोन्सर चुन्न स्वतन्त्र छौं। तैपनि यो सुझाव दिइन्छ कि हामी यस्तो स्पोन्सरसिप सम्बन्धमा नपरौं जस्ले यौन आकर्षण ल्याउन सक्छ। यस्तै आकर्षणले हामीलाई स्पोन्सरसिपको प्रकृतिबाट विमुख पार्छ र एकअर्कासँग इमान्दारीपूर्वक आफ्ना भावना बाँड्ने योग्यतामा बाधा पुऱ्याउँछ।

> जब म नशारहित भए, तब म असुरक्षित, एक्लो, र सजिलो र कसैको साथको लागि जे पनि गर्न ईच्छुक भएँ। मेरो प्राकृतिक लगाव ती ईच्छाहरूलाई पुरा गर्नु थियो र मेरो सुधारको जगलाई बनाउन चाहिने आवश्यक कुराहरू प्रति ध्यान केन्द्रित थिएन। म ईश्वर प्रति आभारी छु किनभने ती सदस्यहरूको अखण्डताले मलाई मेरो सुधारको शुरुका दिनहरूमा सहयोग गरेर म बाट कुनै फाइदा लिएनन्।

कहिलेकाँही सदस्यहरू एउटा भन्दा बढी स्पोन्सर बनाउन उचित हुन्छ कि भन्ने सोच्दछन्। केही सदस्यहरूले यो बाटो अपनाउन्छन् भने धेरैले एक भन्दा बढी स्पोन्सर बनाउनाले उनीहरूले खोजे जस्तो उत्तर र निर्देशन पाउनको लागि चतुऱ्याँइ गर्न आकर्षित गराउँदछ।

हामीले कहिले स्पोन्सर बनाउनु पर्छ?

धेरै जसो सदस्यहरूले जति सक्दो चाँडो स्पोन्सर बनाउने कुरालाई महत्वपूर्ण मान्दछन् जबकी अरुहरू स्पोन्सर खोज्नको लागि केही समय लिनुपर्छ र एउटा ठोस निर्णय बनाउनु पर्छ भन्ने कुरालाई महत्व दिन्छन्। धेरै मिटिङ्गहरू जानाले, हामी कुन व्यक्तिसँग सहज र कुन व्यक्तिलाई विश्वास गर्न सकिन्छ भन्ने कुरा थाहा पाउन सहयोग पुऱ्याउँछ। जब हामीले स्पोन्सर खोजी रहेका हुन्छौं त्यति बेला यदि कसैले हाम्रो स्पोन्सर बनिदिने प्रस्ताव राखेमा हामीले स्वीकार्नु पर्छ भन्ने जरुरी छैन। एउटा सम्झनु पर्ने कुरा के छ भने यदि हाम्रो सुधारको शुरुको अवस्थामा हामीलाई सहयोग गर्ने स्पोन्सर पाइसकेपछि पनि पछि गएर यदि सो व्यक्तिले हाम्रो आवश्यकताहरूलाई छुन सकेन भने हामी आफ्नो स्पोन्सर परिवर्तन गर्न पनि स्वतन्त्र छौं।

> मेरो अन्तिम अवस्था र स्पोन्सर बनाउने समयलाई मैले तुलना गरे। मलाई तुरुन्तै जीवन बचाउने व्यक्ति/स्पोन्सर आवश्यक पऱ्यो!

जब हामी कार्यक्रममा नयाँ हुन्छौं, हामी अरु दुर्व्यसनीहरूसम्म पुगेर साहारा र सहयोग माग्न आवश्यक हुन्छ। सुधारमा रहेका दुर्व्यसनीहरू फोन नम्बर लिएर प्रयोग गर्नु र आफ्नो कुराहरू उनीहरूसँग बाँड्न कहिले पनि चाँडो हुँदैन। हामीले एक अर्का प्रति सहयोग उपलब्ध गराएकोले नै हाम्रो कार्यक्रमले काम गर्छ। अब आएर हामी एक्लोपनमा बाँच्न जरुरी छैन र हामी आफू भन्दा पनि केही ठूलो कुराको भाग भएको हामीलाई महशुस हुन्छ। एन.ए. मा आउने गर्दा, हामीलाई आफ्नै घरमा आइपुगेको महशुस गर्न स्पोन्सरसिपले मद्धत गर्छ।

स्पोन्सरसिपका बारेमा तपाइको केही प्रश्नहरू हुन सक्छ जस्को उत्तर यस पर्चामा छैन। तपाईका प्रश्नहरूको "सही" वा "गलत" उत्तरहरू नहुन सक्छन् – हाम्रो संगतको अनुभव समुदाय र सदस्य अनुसार भिन्न-भिन्न हुन्छ – हामीसँग स्पोन्सरसिपको बारेमा पुस्तक छ जस्ले स्पोन्सरसिपसँग सम्बन्धित धेरै विषयहरूको बारेमा गहिराइमा सम्बोधन गर्दछ।*

*अहिलेसम्म नेपालीमा उपलब्ध छैन।

सम्पर्कहरु

____

____

____

____

Copyright © 2012 by
Narcotics Anonymous World Services, Inc.
सर्वाधिकार सुरक्षित

World Service Office
PO Box 9999
Van Nuys, CA 91409 USA
T 818.773.9999
F 818.700.0700
Website: www.na.org

World Service Office–CANADA
Mississauga, Ontario

World Service Office–EUROPE
Brussels, Belgium
T +32/2/646 6012

World Service Office–IRAN
Tehran, Iran
www.na-iran.org

यो एन.ए. फेलोसिपद्धारा अनुमोदित साहित्यको अनुवाद हो।

Narcotics Anonymous, , , , र The NA Way
पंजिकृत व्यापारचिन्ह हुन्, यी कम्पनीहरुको
Narcotics Anonymous World Services, Incorporated.

ISBN 978-1-55776-937-4 Nepali 10/18

WSO Catalog Item No. NE3111

Narcotics Anonymous®
नार्कोटिक्स एनोनिमस

IP No. 11-NE

स्पोन्सरसिप