নৌনা লাকপা অদুগীদমক্তা

এন: এ: হায়রিবসি দ্রগনা অচৌবা সমস্যা অমা ওইহল্লক্লবা নুপা নৎত্রগা নুপীশিংগী ওইবা শেন্দোং তান্দবা ফেল্লোশিপ নৎত্রগা ফ্রুপ অমনি। ঐখোয় শেংনা লৈননবগীদমক অমনা অমবু মতেং পাংনবা চাং নাইনা উনরিবা ফগৎলক্লিবা এদিকশিংনি। পীফম থোকপা নৎত্রগা মিংজলশেলনচিংবা লৈতে। মেম্বর ওইনবগীদমক্তা চঙবা অমত্তা ঙায়রবা পোৎচঙদি, শিজিন্নবা লেপ্লগে হায়বগী অপাম্বা অদুতনি।

নহাক্লা মফম অসিদা থুংলবা মতমদা শেংনা লৈত্রবসু য়াই, অদুবু নহাক্কী অহানবা মীতিং অদুগী মতুং তারকপদদি ঐখোয়না হায়রি মদুদি নহাক লেপ্তুনা লাকখো অমসুং শেংনা লাকউ। এন: এ:দগী মতেং ফংননবা নহাক ফাদোক তাবা নৎত্রগা চাং হেনজিনবা অমা ঙায়দুনা লৈগদবা নত্তে, নৎত্রগনা এদিকশন হায়বসি ফগৎলকপা য়াররোইদৌবা আশা লৈত্রবা ফীভম অমসু নত্তে। নার্কোতিক্স এনোনিমশকী খোঙথাং তরানিথোইগী প্রোগ্রাম অমসুং ফেলোশিপ অসিগী ফগৎলক্লিবা এদিকশিংগী মতেংগা লোয়ননা দ্রগ শিজিন্ননীংবগী অপাম্বা অদু লাকশিনবা হায়বসি ওইথোকই।

এদিকশন হায়বসি কনাগুম্বা অমদা হেক্তা থোকপা য়াবা লায়না অমনি। ঐখোয় খরনা দ্রগ শিজিন্নখি মরমদি মদুদা ঐখোয়না নুংঙাইবা ফংখি, অদুগা খরনা ঐখোয়দা হান্নদগী য়াওজরক্লবা ইহুলশিংবু নমশিন্নবা শিজিন্নখি। খরনা অমুক হকচাংগী অমসুং ভ্লাখলগী লায়নানা নাখি অমদি ঐখোয়না নারিঙৈ মনুংদুদা ইবীরকপা হীদাক লাংথকশিং অদুদা এদিক ওইরকখি। ঐখোয় খরনা শঙ্গদুদা য়াওশিন্দুনা অদুক ভ্লাখল ইংথনবা নোংমা ফাদোক দ্রগ শিজিন্নরুই অমসুং মমৈথংদা ঐখোয় তোকপা ঙমদ্রে হায়বসি খঙলকখি।

ঐখোয় অয়াম্বনা এদিকশনবু লাকশিন্নবা হোৎনখি, অমসুং করিগুম্বা মতাংদা মতম খরগী ওইনা অম্লা পোখাবা হায়বদু ওইথোকখি, অদুবু হান্নগী অদুদগী হেন্না লুনা য়াওশিল্লকপা অমনা অয়াম্বা মতমদা মসিগী মতুং ইন্নরকখি।

ওইনীংবা ফিভম ওইজসনু, মদুনা করিসু থোইদোক্তে। এদিকশন হায়বসি খুমাঙ চাওশিল্লকপা দাইবেতিশকুম্বা লায়না অমনি। ঐখোয় দ্রগতা য়েমৌনৈ। মতম লৈবা খিবিক্তা ঐখোয়গী অরোইবা পম্বুং অদু চপ মান্নৈ : কৈসুমশং, লায়েংশঙ, নৎত্রগা শিবা। পুন্সিনা মথোং খঙলক্কবা অমসুং নহাক্লা মদুবু দ্রগ শিজিন্নবগী দরকার অদু য়াওদনা হিংবা পাল্লবা, ঐখোয়না লম্প্লেল অমা ফংলে। ঐখোয়গী লায়না অসিবু লাকশিনবদা ঐখোয়বু মতেং পাংবীনবা ঐখোয়না নুংতিগী ওইনা শিজিন্নরিবা নার্কোতিক্স এনোনিমশকী খোঙথাং তরানিথোই মফম অসিদা লৈরে।

১। ঐখোয় ইশানা য়াজরে মদুদি ঐখোয়না এদিকশনগী মথক্তা ঐখোয়গী শক্তি লৈখিদবনা, ঐখোয়গী পুন্সি মথোং খঙলকখিদ্রে।

২। ঐখোয় ইশাদগী হেন্বা শক্তি অমনা ঐখোয়বু অমুক হন্না জ্ঞান হনজিনহনবীরক্কনি হায়না ঐখোয়দা থাজবা লাক্লে।

৩। ঐখোয়গী অনীংবা অমসুং পুন্সিবু *ঐখোয়না থাজজরিবা মওংগী ঈশ্বর* মহাক্কী চেকশিনখাদা শিন্নজনবগী ভ্লারেপ অমা লৌজরে।

৪। ঐখোয়না থিজিল্লবা অমসুং অকিবা লৈতবা ঐখোয় ইশাগী লমচৎকী ওইবা অইচে অমা শেমজরে।

৫। ঐখোয়না ঈশ্বরগী মফমদা, ঐখোয় ইশাদা, অমসুং অতোপ্পা মীওইবা অমদা ঐখোয়গী চপ চাবী অরানবগী মওংশিং অদু ইশানা য়াজরে।

৬। ঐখোয়, হায়রিবা লীচৎ শাজৎকী অশোয়বা পুম্নমকশিংদুবু ঈশ্বরনা লৌথোকপীখিনবা মপুং ফানা শেম শাজরে।

৭। ঐখোয়গী অশোয়বা লাকপা খুদিংমকপু লৌথোকপীখিনবা মহাক্কী মফমদা ঐখোয়না নোল্লুক্লা হায়জরে।

৮। ঐখোয়না অকায়বা পীখিবা মীওই পুম্নমক্কী পরেং অমা ঐখোয়না শেমদোকচরে, অমসুং মখোয় পুম্নমক্কী মফমদা শেংদোকচরগে নীংলে।

৯। ঐখোয়না অসুম্না শেংদোক্লুবদা মখোয়দা নৎত্রগা অতোপ্পা মীওইশিংদা শোকহল্লকপা য়াবা মতাং নৎত্রবদি হেক খুদোংচাবা তাঞ্জাদা অদুগুম্বা মীওইশিং অদুনা হকথেংননা শেংদোকচরে।

১০। ঐখোয়না লেপ্তুনা ইশাগী মরমদা ইথোকচরে অমসুং ঐখোয়না লাল্লম্লবা মতাংদা খুদক্তা মদুবু ইশানা য়াজরে।

১১। ঐখোয়না প্রার্থনা অমদি ধ্যানগী পাম্নৈনা *ঐখোয়না থাজজরিবা মওংগী ঈশ্বর* মহাক্লা খঙনা থম্লিবা ঐখোয়গী মরীদু হেন্না ফগৎহন্ননবা হোৎনজরে, শূপ্পতংগী ঐখোয়গীদমক্তা মহাক্লা খনবীরিবা অনীংবদুতবু খঙজনবা অমসুং অদুবু পাঙথোকচনবগী শক্তি মদুখক্তগীদমক খুরুমজবনি।

১২।খোংথাংশিং অসিগী ফল ওইনা নুংগী মীকপ থোকপা অমা ফংলবদা, পাউজেল অসিবু ঐখোয়না এদিকশিংদা পুননবা অমসুং ফিরেপশিং অসিবু ঐখোয়গী থৌদোক খুদিংমক্তা শিজিন্ননবা হোৎনজরে।

শেংনা লৈবা অদুখক লোয়নরগা ফগৎলকপা হায়বসি লোইরবা নত্তে। ঐখোয়না দ্রগ খুদিংমক্তগী (অদুগা, হোয় মসিদা য়ু অমদি গনজা সু য়াওরবনি) থাদোরকপগা ইরোইননা ঐখোয়না কৈদৌঙৈদা মায় পাক্লা থেংনবা ঙমখিদ্রবা ইহুলশিং অদু মায়োক্লখি। হৌখিবদা ঐখোয়না পুবা ঙমখিদ্রবা ইহুলশিং অদুফাওবা য়াওনা হকথেংনরকখি। অরিবা অমসুং অনৌবা ইহুলশিং অদু মখোয়না ফাওরক্লিবা মওং অদুদা অদুমক থেংননবগী অনীংবদু লাকহনবা তাই।

ঐখোয়না ইহুলশিং অসিবু হকথেংনবা তমখি অমসুং মখোয়গী মথক্তা ঐখোয়না থবক চথরুদ্রগদি মখোয়না ঐখোয়দা অকায়বা করিসু তৌবা ঙমদে হায়বসি খঙখি। ঐখোয়না পান্নবা ঙম্মোইদৌবা ইহুলশিং করিগুম্বা ঐখোয়দা ফাওরক্লবদি ঐখোয়না মখোয়গী মথক্তা থবক তৌরুবগী মহুৎপুদি, এন: এ: মেম্বর অমা ওইনা কৌই। য়েন্নবনা, থবক পাঙই হায়বসি ঐখোয়না খঙলে। খুদোংচাবশিং অদুদি, মখোয়দসু অসিগুম্বা মান্নবা হকথেংনরকপা লৈরম্বা য়াবা অমসুং মখোয়দনা করিনা থবক পাঙখিবগে হায়বদু পাউদম্লকপা য়াবা অদুনি। নীংশিংউ, এদিক অমনা নাইতোম তাবা হায়বসি ফত্তবা শঙ্গা মরক্তা লৈবনি।

হায়রিবা ইহুলশিং অসি থেংনবদা খোঙথাং তরানিথোই, অনৌবা মরুপশিং অমসুং স্পোন্সরশিংনা ঐখোয়বু মতেং পাংবী। এন: এ:দা, য়াইফবা নুমিৎশিং য়েন্নথোক্তুনা ঐখোয়গী অম্লা অনা হন্থহল্লি। ঐখোয়গী পুন্সিদা অহানবা ওইনা করিগুম্নী অমত্তা ঐখোয়না ইতোমতা থেংনরুনিংঙাই ওইদ্রে। হৌজিক্তি ঐখোয়গী কাঙলূপ অমা লৈরে, মতম লৈবখিবিক্তা ঐখোয়গা লোয়নদুনা লৈবা হেন্বা শক্তি অমগা মরী অমা ঐখোয়না শেমমগৎচবা ঙমলে।

ঐখোয়না হায়রি মদুদি নহাক্লা নহাক্কী লম অদুগী মেম্বরশিংগা হেক শকখঙনরকপগা অদুক্কী মতিক থুনা স্পোন্সর অমা থিবীয়ু। অনৌবা মেম্বর অমবু স্পোন্সর তৌবীয়ু হায়না হায়বীরকপা হায়বসি খুদোংচাবা অমনি মরম অদুনা কনাগুম্বা অমদা হায়রুবদা হঙ্গৌইবা লৈগনু। স্পোন্সরশিপ হায়বসি অনীমক্কী ওইনা কান্ননীংঙাই ওইবা লৌশিংনি। এন: এ: প্রোগ্রামদা ঐখোয়গী মপুং মরৈ ফারকপা অমসুং ঐখোয়গী দ্রগ য়াওদনা থৌ পাঙথোকপা ঙল্লিবা অসিবু তেক্ত কায়দনা থম্বা ঙম্মনবগীদমক্তা ফগৎলক্লিবা ঐখোয়গীদি ঐখোয়না তমজরক্লিবা খরসি নহাক্লা য়েন্নবা তাই।

মসিগী প্রোগ্রাম অসিনা আশা পীরি। নহাক্লা লোয়নদুনা নহাক্লা পুরক্তদৌবা হায়ববু শীজিন্নবা লেপ্লগে হায়বগী অপাম্বা অমসুং মসিগী পুন্সিগী অনৌবা লম্বী অসিবু হোৎনরগে হায়বগী অনীংবা অদুতগনি।

মীতিংশিংদা লাকউ, পুক্লিং হাংদোক্তুনা তাও, ভ্লাহংশিং হংউ, তেলিফোন নম্বরশিং লৌশিল্লু অমসুং মখোয়বু শিজিন্নৌ। ঙসি নোংমখক্কিদমক্তা শেংনা লৈয়ু।

মসিগী প্রোগ্রাম অসি শক-মিং নায়দবনি অমসুং নহাক্কী শক-মিং নায়দবা অদু থাজবগী খ্বাইদগী অয়ৌবা থাক্তা ঙাক্তুনা থমগনি হায়বা অসিবু ঐখোয়না নঙোন্দা নিংশিংজগে। ‘‘সুপ্পতংগী নহাক্কী ওইরিবা সমস্যা অদুগী মতাংদা নহাক্লা করি তৌবা পাল্লিবা অমসুং ঐখোয়না মতৌ করম্না মতেং পাংবা ঙমগনি হায়বা অসিখক নত্তনা ঐখোয়না, নহাক্লা করি নৎত্রগা কয়া য়াম্না শিজিন্নরকই, নৎত্রগা নহাক্কী শঙ্গ কনা কনানো, নহাক হৌখিবদা করি করি তৌখিবগে, নহাক কয়া য়াম্না লৈবনো নৎত্রগা লৈতবনো, হায়বনচিংবশিংদুদা ঐখোয়গী খঙনীংলুবা করিসু লৈতে।’’

টেলিফোন নম্বরশিং

Copyright © 2009 by
Narcotics Anonymous World Services, Inc.
হক খুদিংমক অফোংবগীনি।

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

মশি এনঃএঃ ফেলোশিপনা অয়াবা পিৰবা সাহিত্যাদগী
হনদোকচবনি।

Narcotics Anonymous, , , , অমসুং The NA Way
ৰেজিস্টাৰ তৌৰবাখুদমশিংনি।
Narcotics Anonymous World Services, Incorporated.

ISBN 978-1-55776-315-0 Manipuri 7/11
WSO Catalog Item No. MP-3116

Narcotics Anonymous®

নার্কোতিক্স এনোনিমশ

IP No. 16-MP

নৌনা লাকপা অদুগীদমক্তা