



אחדות

סיכום מפגש שליחים ושרות מחוזי
לשנת 2018



”אחדות היא הרוח המאחדת אלפי חברים מסביב לעולם בחברותא רוחנית שיש לה את הכח לשנות חיים” (זה עובד, איך ולמה)

כבכל שנה מזה 11 שנים מתכנס מפגש שירות מחוזי.
השנה נערך מש”מ במלון שפיים.
למפגש הגיעו 119 שליחים ובנוסף כ-40 חברים נוספים מידי יום.

את המפגש פתחנו בסדנת הכרות בסגנון ”החבילה עוברת” שהיתה קלילה
וספורטיבית ואיפשרה לחברים להכיר זה את זה.
לאחר מכן סדנה כללית בנושא ”תפקיד השליח, מבנה השירות והצגת המחוז”
כאשר כל היו”רים של הועדות המחוזיות הגיעו להציג את עצמם ולספר
על תפקוד הועדות עליהן הם ממונים.

כמו כן ניתנה במה בשני ימי הכנס לשליחים המחוזיים להעביר תכנים
אודות הועידה העולמית אשר התקיימה השנה.

כמו כן ערכנו מספר סדנאות בנושאים שנבחרו על ידי השליחים טרום מש”מ:
סדנת צעירים בהחלמה
סדנת אחדות
סדנת קווי מנחה למנחה

את סיכומי סדנאות אלה על מסקנותיהם תוכלו לראות בעלון זה.

בנוסף ערכנו פגישת החלמה בפורמט מיוחד, ופגישת סיום אשר בה לראשונה הוגרל
דגל מש”מ וניתן לשליחים של איזור צפון.

**בשירות אוהב
תת ועדת תכנית**





סדנת אחדות - מש"מ 2018

הנושא שנבחר למפגש השירות המחוזי 2018 הוא אחדות. מטרת הסדנה הייתה להעלות את המודעות לאחדות-אנ-איי. אחדות מופיעה במסורת הראשונה שלנו והיא הבסיס המעשי ליחסים בינינו ולכל המסורות שלנו.

**"טובתנו המשותפת קודמת, החלמה אישית תלויה באחדות אנ-איי."
"ההישרדות שלנו קשורה ישירות להישרדות של הקבוצה ושל החברותא.
על-מנת לשמור על אחדות בתוך 'מכורים אנונימיים', חובה עלינו לשמור על
אחדות הקבוצה, ולא, כל החברותא תכחד והיחיד ימות." (מתוך הטקסט בסיסי)**

ענינו על השאלות בקבוצה הגדולה: מה היא אחדות ומדוע הכרחי שתהיה לנו אחדות? הזכרנו את העקרונות הרוחניים שעוזרים לנו ליישם אחדות ונתנו דוגמאות בעזרת עקרונות כמו כניעה וקבלה, אהבה, תקשורת, אנונימיות והרשימה עוד ארוכה... דיברנו על זה שהפעולות שלנו משפיעות על אחרים. חיוך קטן יכול לפעמים לעשות את כל ההבדל בעוד שתרגול האחדות יכול להיות אחד מהדברים הקשים ביותר שאנו עושים.. כשאנו מתמודדים במחלה עם אהבה וחמלה, אנו יוצרים את הזדמנות להחלמה.

תיאור הסמל שלנו בטקסט הבסיסי מסביר שהמעגל החיצוני מסמל תכנית אוניברסלית וטוטאלית בה יש מקום לכל ביטויי אופיו המיוחד של האדם המחלים. אחדות לא מתפרשת כאחידות. פעילות יצירתית של הרוח לובשת צורות רבות בחברותא שלנו. אנו יכולים לעזור אחד לשני להישאר במסלול ועדיין להאמין שכולנו חולקים באותם כוונות טובות, אפילו אם יש לנו דרכים שונות להגיע לשם. הוספנו שהחברותא שאנו יוצרים מחוץ לפגישות וכן פעילויות החברותא תורמות לאחדות שלנו.

עבדנו ביחד בקבוצות קטנות על נושאים הקשורים למטרה העיקרית שלנו, לחברים חדשים, להקשבה, הבדלים וחילוקי דעות, תקשורת, חשיבות השליח בתקשורת ובאחדות אנ-איי והכי חשוב בדקנו מה אנו יכולים לעשות יותר כדי להכניס את עקרונות האחדות לתוך מאמצי השירות שלנו בקבוצת הבית שלנו ובגופי השירות השונים.

נסיים בציטוט מתוך הספר זה עובד איך ולמה:

"ניתן לענות על שאלות רבות פשוט על ידי תהייה כיצד פעולותינו עשויות להשפיע על אחדות החברותא. האם זו פעולה שתפריד בינינו או תאחד אותנו?"



לפניכם התשובות שעלו מתוך העבודה בקבוצות הקטנות:

שאלות קבוצה א'

1. כיצד אחדות מחזקת את המטרה העיקרית שלנו?

- מחזקת את היכולת להתחבר עם החיים בחוץ.

2. איך אנו מקדמים בברכה את החברים החדשים ונותנים לכולם להרגיש

בנוח ורצויים?

- להעביר מסר של אחדות, ללא אישיות
- להתמקד בהחלמה האישית שלנו
- לתת דוגמה אישית של המצפון לכלל החברים
- תפקיד מברך החברים החדשים.
- שהמצפון ישמור על אוירת החלמה ולשדר אחדות
- לקחת אחריות גם במסרים ובשיתוף, לשים לב לשפת הדיבור וכדו'.

שאלות קבוצה ב'

1. כמה טוב אנו מקשיבים אחד לשני ואיך אנו יכולים לשפר

את ההקשבה שלנו?

- סלסלת טלפונים בכניסה לקבוצה.
- לצאת מעצמנו ולגלות פתיחות לאחרים.
- לצאת מריכוז עצמי.
- להודות בזה שיש לי בעיה של הקשבה.
- הקשבה זו נתינה!
- לעשות ב"כאילו" ולשתוק - לא לענות מיד.
- להכניס לתפילת הבוקר בקשה לצאת מעצמי ולהקשיב לאחרים.
- להיות במצב של אי ידיעה - מכל מלמדיי השכלתי.
- לפנות מקום ע"י תפילה, כתיבה ושיתוף.
- להכניס רוח אלוהים אוהב גם אם לא מסכימים.
- אחריות אישית - לכל חבר בקבוצה אחריות אישית על עצמו ועל החלמתו.
- מצפונים יכולים לבחור מנחה שמסוגל להשרות אווירה של החלמה.
- חשוב שכל חברי המצפון יישבו בראש השולחן.
- לא לקחת דברים באופן אישי ולא להיות מעורב רגשית.
- טלפונים מפריעים להקשבה.
- אין דו שיח.
- התנהלות המצפון משפיעה על כל הלך הקבוצה.
- לא לספור מסורת שבע לפני שהסתיימה הקבוצה.
- בזמן הקראת הפורמטים לשמור על השקט.



- הקול של היחיד מאוד חשוב במצפון הקבוצה.
- אין לנו דעה על עניינים חיצוניים, משום שזה עלול להרחיק חברים.
- קונצנזוס, הסכמה כללית.

2. איך אנו יכולים לנסות לקבל את ההבדלים וחילוקי הדעות שבינינו ולתרגל אחדות גם כשאנו שונים ולא מסכימים?

- להכניס דקה דומיה באמצע הוויכוח.
- להכניס קווי מנחה ברורים למנחה הקבוצה.
- עקרונות לפני אישיות.
- שליח אינו מעביר את הדעה שלו, אלא של המצפון.
- לזכור שלא תמיד אני צודק.

3. מה אנו יכולים לעשות יותר כדי להכניס את עקרונות האחדות לתוך מאמצי הקבוצה שלנו?

- מצפון הקבוצה לא צריך להתחלק.
- לקבל את החבר החדש בכוס קפה או תה.
- להקפיד על המסורות והצעדים בקבוצות.
- להוסיף דובר פעם בחודש על עקרונות השירות והמסורות.
- ליזום פגישות מצפון.
- ליזום פעולות נתינה לסביבה.
- חברי המצפון לשבת בראש השולחן.
- תפקיד לשני חברי מצפון מקבלים חברים חדשים לפנות לחבר חדש.
- ב-10 דקות של בעיות עדיף שלא יתחלקו אלה שכבר דיברו לפני כן.
- חולצות לחברי מצפון קבוצה.
- להיות פתוחים לרעיונות חדשים.
- להיצמד לפורמטים.
- הקול של היחיד חשוב.
- להתייעץ עם כוח גדול איך לפעול ברוח אלוהים אוהב.

שאלות קבוצה ג'

1. איך התקשורת עם גופי השירות השונים תורמת לאחדות שלנו ומה חשיבותו של השליח בתקשורת זו?

- השליח מעביר החלטות של מצפון הקבוצה המשפיעות על קבלת החלטות באזור ובמחוז.
- השליח מעביר מידע ממוקד מהוועדות השונות למצפון ולקבוצה.
- תקשורת היא הבסיס לאחדות - אי אפשר להיות באחדות עם מישהו שאין לי



קשר אתנו. השליח הוא החוליה המקשרת בין הקבוצה לאזור, וקשר זה שומר על האחדות. כמו שמכור לא יכול לבד, כך גם קבוצה ואזור מבודדים נמצאים בריכוז עצמי, ותפקיד השליח ליצור קשר, להוציא את הקבוצה מבידוד.

2. האם קהילת האנ-איי שאליה אנו שייכים עובדת ביחד ברוח האחדות?

- כן, במאמצים משותפים וברוח התכנית.
- האחדות היא הכוח שלנו יחד.
- ניסיון להגיע להסכמה כללית ולא להחלטה על פי רוב תורם לאחדות. לא תמיד מצליחים - ראש פתוח חשוב מאוד לאחדות, וקשה שמור על זה ככל שנמצאים יותר זמן בתכנית.
- המחלוקות בין האזורים למחוז מצביעים על פער בין המצוי לרצוי.

3. מה אנו יכולים לעשות יותר כדי להכניס את עקרונות האחדות לתוך מאמצי השירות שלנו?

- להקפיד בהחלטות מצפון על המסורות והצעדים - רוח המסורות מיישמת את מטרתנו המשותפת.
- להוסיף דובר פעם בחודש על עקרונות השירות והמסורות.
- לחזק תקשורת בין הקבוצות, במיוחד הרחקות, גם באמצעים אחרים: סקייפ וכדו' קבוצות וירטואליות לחברים שאין במקום מגוריהם קבוצות.
- לתת למכורים להחלים בשפות שלהם: לספק ספרות במגוון שפות, דוחות ושירות במגוון שפות
- פרויקטים משותפים בין אזורים.
- לעשות חפיפה בהעברת תפקידים - חונכות בשירות, גם ברמת המצפון וגם ברמת הוועדות
- לשתף בתודות על מי שעושה שירות.
- מפגשים יזומים על עקרונות השירות
- מסר בדוגמה אישית
- לפעול על פי הסכמה כללית ולא לפי דעת הרוב.
- לקיים מפגשים שדנים בעקרון האחדות
- סדנאות בנושא שירות - עצם המפגש יוצר אחדות.
- לפתח מודעות לחשיבות המסורות להחלמה האישית ובשירות

**בשירות אוהב
גילה ויואל**



סיכום סדנת צעירים בהחלמה

לאחרונה החלה התעוררות של הנושא "צעירים (בגילם) בהחלמה" שבאה לידי ביטוי ב:

- קבוצות חדשות וייעודיות לצעירים
- עליה בדיונים בנושא בועדות השירות השונות בארץ ובעולם
- נערך לדאשונה בהולנד כנס יעודי לצעירים

לכן החלטנו להעלות לדיון במפגש השירות והשליחים המחוזי את הנושא, לבדוק האם ומדוע יש צורך בהתייחסות שונה לצעירים בהחלמה. כאשר התחלנו לעבוד על הסדנה, התקשנו למצוא הגדרה בספרות למונח "צעירים בהחלמה" ולכן הנחת היסוד בסדנה זו מגדירה "צעיר בהחלמה" כחבר אנ-איי אשר גילו מתחת ל-30.

על מנת להבין את הקשיים והצרכים של קבוצת גיל זו, ערכנו שאלון אנונימי אשר נשלח לאחת מקבוצות הצעירים. בסדנה בחרנו להביא מספר ציטוטים נבחרים מתוך תשובה לשאלה:

"האם היו לך קשיים באנ-איי שנבעו מגילך?"

- בתשובות עלו בעיקר:
- הבדלים בסוגי הסמים
 - בעיות יום יום שונות
 - זלזול והתנשאות מצד החברים המבוגרים
 - הטרדות מיניות

הקדשנו בסדנה מספר דקות לענין הטרדות המיניות, **כאשר אנו חוזרים גם במסמך זה ומבקשים מכולנו לשמור על אנ-איי כמקום בטוח להחלמה.**



לאור התשובות והציטוטים שהבאנו מפי החברים הצעירים פנינו במספר שאלות אל משתתפי הסדנה, להלן השאלות והתשובות:

1. כיצד מצפון קבוצה יכול לקבל בברכה ולהקל על ההתאקלמות של חברים צעירים?

- להוסיף בפורמט המלצה שמציעה לחברים חדשים: לנשים להתחבר לנשים ולגברים להתחבר לגברים.
- להוסיף בפורמט שאין לדבר על סמים ספציפיים.
- שיהיה מישהו במצפון שאחראי לתת לחבר צעיר חדש את העלון של צעירים בהחלמה.
- שכל מצפון ישים לב שיש לו את כל העלונים.
- להכין עלון מיוחד בנושא הטרדות מיניות.
- להעלות את נושא הטרדות המיניות בפגישות מצפון.
- להגדיר זמן מסוים מראש, בנוסף ל-10 דקות של בעיות, המיועד לחברים צעירים לשתף על הבעיות שלהם.
- אחת לכמה זמן כל מצפון יזמין דובר בנושא צעירים בהחלמה.
- לתת ספר של "רק להיום" או הספר הנחול לחבר החדש.

2. כיצד אנ-איי ככלל יכולה לעזור לחברים צעירים חדשים להתחבר ולהרגיש שייכים?

- להוסיף לשלטים במקלטים שלטים בנושאי הגיל: אין גיל להחלמה, אין גיל למוות וכדו'.
- להוסיף בקשה בפורמט שלא לשתף בסיפורי מלחמה, כי אם להתרכז במסר של החלמה.
- להשקיע בספרות ייעודית לצעירים בהחלמה.
- להשקיע באירועי תרבות ייעודיים.
- עבודת מל"צ לצעירים: מצגות מותאמות בבתי ספר וכדו'.
- שחברים ותיקים צעירים ילוו ויחנכו חברים חדשים צעירים.
- להעלות למודעות בקו החם ובאתר כך שאנשים צעירים ייתנו מענה לצעירים אחרים.
- לעשות סדנאות בנושא צעירים בהחלמה גם ברמה האזורית.
- לעשות סדנאות בעבור צעירים בהחלמה.
- סדנאות צעדים לצעירים.
- לקדם שימוש בטכנולוגיה באנ-איי.
- לארגן קבוצת ווטסאפ של צעירים.
- להקים תת ועדה לצעירים.
- סדנה בנושא חונכות לצעירים.



3. כיצד כל אחד מאיתנו יכול באופן אישי לעזור לחבר צעיר בהחלמה להתאקלם?

- להיזהר במסרים שמועברים.
- להשתדל לדבר בגובה העיניים.
- לשמור על מרחק במרחב.
- לקחת טלפון מחבר חדש ולהתקשר אליו באופן יזום, להזמין אותו לאירועים וללוות אותו.
- להוריד את השיח על סוגי סמים.
- שפה עדכנית ורלוונטית.
- לבקש את הסכמת החברים לפני שמחבקים אותם או מתקשרים אליהם.
- להשתדל לא להבריח חברים חדשים ולהדגיש בפניהם שהם זכו בכך שהגיעו צעירים.
- להעלות למודעות את נושא ההסתייגויות כחלק ממחלת ההתמכרות.
- להשאיר ראש פתוח לחוויות של צעירים.
- להפנות חברים חדשים צעירים לקבוצות צעירים

בשירות אוהב ליאת ואסף

סדנת קווי מנחה למנחה

מטרת הסדנה הייתה ללמוד:

- איך אנו יכולים לשמור על אווירת החלמה בפגישות אנ-איי
- לזהות מצבים העלולים לערער את יכולת המנחה לשמור על אווירת החלמה בפגישות.
- הכנת תבנית לדיון שיכול להיערך בפגישה אזורית או בפגישת מצפון להעלאת המודעות החברים ופיתוח מצפון קבוצתי.

מה הוא מנחה?

"מנחה במכורים אנונימיים הוא מכור שהאחריות העיקרית שלו היא להשגיח ולשמור על אוירה של החלמה בזמן הפגישה"
"כחברים במכורים אנונימיים כל אחד מאיתנו אחראי לא רק להתנהלות שלו בפגישה, האו אחראי לעזור בנשיאת המטרה העיקרית שלנו"
"הפיכת אדם אחד לאחראי יחדי למשימה זו הייתה מפרידה אותו מהקבוצה והוא היה הופך לסמכות עליונה" (מתוך מסורות 2 ו-12)

דיברנו על חשיבות פיתוח מצפון קבוצתי ומציאת אחדות בפגישה מצפון בנושאים הקשורים להנחייה. ענינו על שאלות אלה בקבוצה גדולה:
למה אנו צריכים מנחה? מי יכול להיות מנחה? מה מנחה צריך לעשות?
נתנו דוגמאות על האתגרים שעשויים לעלות בפגישת החלמה, אתגרים כמו:
התנהגות אלימות והטרדות מניות, חבר משבח ממליץ ומתמקד בתוכניות וגופים מחוץ למכורים אנונימיים, שיתוף בבעיות ועניינים של אחרים במקום להתמקד בעצמנו, שיתוף חברים שעדיין לא התנקו ועוד...
אלה הם רק כמה מהדוגמאות של אתגרים שעולים במהלך פגישת החלמה..

ושנזכור תמיד

שכשאנו עומדים מול מצבים שונים בפגישות שלנו נסיוננו מראה שגישה של אהבה ואכפתיות היא תמיד הגישה היעילה ביותר.

לפניכם התשובות שעלו מתוך העבודה בקבוצות הקטנות:

1. מה על המנחה לעשות בשעת שיחות מהצד ו/או דו שיח?

- להעיר ולהאיר לחבר המפריע.
- לבקש אווירה של החלמה.
- לעצור את הפגישה.
- להרים שלט של "שקט בבקשה", דקה דומייה או תפילת השלווה.
- דוגמה אישית של חברי המצפון.



2. האם המצפון שלכם דן בקווי מנחה בנושאי התנהגות אלימה והטרדות מיניות? מהם קווי המנחה?

- להעלות את זה כנושא בקבוצה.
- בפורמט של הפגישה יש בקשה להימנע מ אלימות ומהטרדות מיניות.
- תפקיד במצפון לאנשים להיות ערניים לנושא.
- תפקיד מקבלים ומקבלות חברים וחברות חדשים, כך שהסבירות להטרדות מיניות תרד.
- חבר או חברה ותיקים שפונים לחבר או חברה חדשים, זה בעינינו פדופיליה של אנ-איי.
- להוסיף לפורמט שמי שמרגיש מאוים מוזמן לפנות למצפון.

3. מה היא גישתך לרכילות? מה אתה עושה על מנת לעודד חברים להתמקד בנושא הנבחר או במטרה העיקרית?

- שהמנחה יעצור את הקבוצה ויבקש להתמקד בנושא.

4. איך לדעתכם צריך לנהוג במצבים של גילויי אלימות וטרדות מיניות?

- להוסיף מידע בפורמט.
- להוסיף שלטים במקלט.
- לפנות לחבר המפריע, לעצור את הקבוצה ולחזור לתפילת השלווה.
- במקרים חמורים, להפסיק את הקבוצה לגמרי.
- מצפון הקבוצה צריך להיות מעודב.
- חשוב להעלות את הנושא בישיבות מצפון.
- להקריא פסקה מהעלון על אלימות בקבוצה.
- להוציא עלון ייעודי על הטרדות מיניות.

לפניכם שאלות נוספות שאפשר להעלות במצפון קבוצה לסיעור ודיון:

5. מה הספרות שלנו אומרת על המלצה או העברת ביקורת על גופים, תכניות ודתות אחרות?

6. האם לקבוצה שלכם יש קווי מנחה בנושאי חברים שמשתפים ועדיין משתמשים או על חברים שמשתמשים בתחליפי סם? מהם קווי המנחה?

מקווים שנהנתם כמונו ומחכים לראותכם גם בשנה הבאה תודה לשליחים, החברים ועושי השירות שעזרו ותרמו להצלחה של מש"מ

**בשירות אוהב
תת ועדת מש"מ**



אחדות

החזון של שרות העולמי של אנ-איי

כל המאמצים של השרות העולמי של אנ-איי מושפעים על ידי המטרה העיקרית של הקבוצות אותן אנו משרתים. על מכנה משותף זה אנו מחויבים.

החזון שלנו הוא שיום אחד:

לכל מכור, בכל מקום בעולם תהיה האפשרות לקבל את המסר שלנו בשפה ובתרבות שלו או שלה וימצאו את ההזדמנות לדרך חיים חדשה

קהילות אנ-איי ברחבי העולם והשרות העולמי של אנ-איי יעבדו יחד ברוח של אחדות ושיתוף פעולה במטרה לשאת את בשורת החלמה שלנו

מכורים אנונימיים תזכה בהכרה עולמית וכבוד על היותה תוכנית החלמה שעובדת.

כפי שההכרה המקובלת אצלנו שהשאיפות הגבוהות ביותר הן אלה שמכתיבות לנו את הכיוון, החזון הוא אבן הבוחן שלנו, נקודת ההתייחסות שלנו, שנותנת השראה לכל מה שאנו עושים.

כנות, אמון ורצון טוב הם היסודות של אידיאלים אלו. בכל מאמצי השרות שלנו, אנו סומכים על ההדרכה והאהבה של כוח עליון אהב.

סיכום מפגש שליחים ושרות מחוזי לשנת 2018