



Narcotics Anonymous®

স্বাধীনতা ও নৈর্বিকার

IP 2-MP

Ajã} ° Š

Ajà} °š

Āi-fāAjā tjàAjšà " ³Ī} ³i=i

óK; °[Āā &[fAj " >ā >; yKā ēŌP>à " AjAā ³tj³ " ³Ī} ³ój³
" ³fā Wā } >àŌā à l; jē fā &[fAjĀ>Kā °āŪ>āfKā óK; °Ajšà ŌāŪā
³i=i fKāf³vĵā šāRi=ā[Āā ³ā[tj} " ³ā ēŌvĵā >àĀā[tjG &i>ā>³ĀĀjā
Ajā} °š " ³[>jú >àĀā[tjG &i>ā>³ĀĀjā Ajā} °š Jĵf}³Aj &>: &:Kā
ēJāRi=ā} tj¹ā[>i=āŌū " ³Ī} W; >i¹ā° tj¹ā[>i=āŌKā [ój¹š[Ā] " fā
šĀAjú Ajā} °š Jĵf}³Bjā " Ōā>ā ³i=i " ³[f í° - ēŌi[\Aj ēŌi[\Aj³Aj
-āfā à í°[¹ā &[fAj[Ā] fā óK; °AjšKā šālĵm\ " [Ī šāqú

' iJāŪKā " ŌāPā Ōū=i " [Ī ā[>][Ā]ā ŌāŪā[Ī ³iċ *Ōĵm ³f*ŌāK[f
³iJāŪKā " ŌāPā ³ā[tj} fā °ā[Āā &[fAj[Ā] " fā ³ā[tj} fā Ūā*[¹ā
" itjāŪ[Ā] fKā ĀAjRj>ā " ³Ī} šālĵm³ā Rj³K[>jú ŌāāfKā í°\Āā
ē³´¹[Ā] " fKāĪ āŪā*>ā Āā[\Āā ē°šĀK ŌāŪāKā " šā´ā í°¹ā
ē>i>ā °āAjšà " fKāf³vĵā óK; °AjšKā >ĵ[Ā; " ³ā [Ā; °ŌPā ŌāŪā[Ī
Ajā} °š " fKāf³vĵā óK; °AjšKā >ĵ[Ā; " ³ā [Ā; °ŌPā ŌāŪā[Ī Ajā} °š
" fKā fāŪā " ³[>jú ē>i>ā °āAjšà " fĵā tj¹ā³ā *AjŌūŌāŪā[Ī ójā*ŌPā
' iJāŪ>ā šā´āqú ' iJāŪ>ā " ŌāPā *Ōā &>: &: fā °āAjJā ³tj³
" fĵā ' iJāŪ>ā AjŪāKā ³[tjAj šāJ; WJā " ³Ī} >ĵ>ā}[Jā ŌāŪā fā
' iJāŪ šā³Ajā [> }[Ā]ā Rj´āqú " iŌiāKā ē³āi³ā > ³āi>āvĵā' iJāŪ>ā
tj¹ā³ā *AjWJ " ³Ī} ' iJāŪ>ā >āŌū tjā³ tjāi¹ ŌāŪ>ā ójā*[Jā ³tj³ fĵā
" W´ā >ĵ[Ā>ā ēAjā>ā " ³>ā tjāŌū} šā° " [Ī fā " iŌā}ā šā³Aj " fā
šāAjšā Rj³[JāiK ŌāŪā fā JRj\Jjū ' iJāŪ>ā °āAjJā ³itjī " fĵj³ā
°āAjšà " ³Ī} ' iJāŪKā Ōē°[Ā] " ³Ī} ŌAjì=} >¹Ajš[Ā] " [Ī āqú
tjāāKi fīā " itjāŪ[Ā] ' iJāŪ>ā [=ā ³i=i tjāŌū ēĀ] >ā í°[¹ā " ³Ī} &>:
&: ēšāNā³ fKā WĀ>ā [Ō]°ā " itjāŪ[Ā] " fKā tĵ Ōūfā &[fAj
" ³>ā ēŌvĵā ēĀ] >ā í°ā Rj³[J ŌāŪā[Ī ēŌAj ēŌiK; °AjšfKā ēŌi>ā
' iJāŪ>ā JRjJjū

Ajā} °š ŌāŪā[Ī " Wjā &[fAjĀ>fKā >ā}tj³āKā " āĀKā šālĵm\°
" fāšā>āKā JāŌjKā šāŪ° í°ā KāŌjā>jú &[fAj " ³>ā ēŌvĵā Āā[\Āā
ēŌūā Rj´ā, Āā[\Ā[>]āKā " šā´ā " fā³āRjŌ[Ā, " ³Ī} [Ō] >>āKā
" i>iā " ³[f ēŌĀā ójā °´ā " ³ā ój}Ōĵm ³ā[tj}[Ā] fā " itjāŪā
&[fAj[Ā] >ā ³iJāŪKā ŌAjì=} >¹Ajšā, šāŪ° " ³Ī} " āĀ " fā³iJāŪ
³Āā>ēĀ] >ā í°ŌĀ>āKāf³vĵā " ³Ī} " itjāŪ[Ā]āēĀ] >ā í°ā fā ³itj}
šā} >āKāf³vĵā ēŪĀā ' iJāŪ>ā tjāā ój}í°jú ' iJāŪ>ā JRj° ³fĵ
&[fAj " ³>ā " itjāŪā " ³fā ³itj} šā} >ā ŌāŪā[Ī Kā °āŌūŪ]āKā ³³°
" [Ī Kā ³Āā " itj " ³ā í°iyjú

³Ī ' iJāŪKā ŌAjì=} >¹Ajš[> ³fĵf ' iJāŪfā tj³fā à í°¹´ā
Ōē°[Ā] " fā ' iJāŪ>ā ³ā[tj} Wā } >àŌā à Ūā*¹ā ³tj³fā =āi fāAjJā
ēŌi¹AjŌĵm >àĀā[tjG &i>ā>³ĀĀjā ēJāRi=ā} fKā ' iJāŪ>ā ój}°AjJā
" āĀ, Ō¹ā*-tjŪā´ā " ³Ī} šĀXKā " i>iā °´ā " fKāf³vĵā ētjīā³°

ěšàA|W^αKā Ò^α[Ā} " f^àà³ìJàÚKā³×; [Ā>[Jjú " 3Ī} J^òŮjKā³1^č*Ò^è[f, ' ìJàÚKā³ā[tj}fà W^à} >àÒ^èà⁰ā[Ā^à3ìJàÚ[Ā} " f^äĀ}>à⁰jú

ěÒà³N^čš :

ěÒà³N^čš " 3à Jì-fàA^ìšà " 3Ī} ěĀiK; šà ÒàÚ^α[Ī >à ójK; °A^ìšKā J^òŮjKā³1^č*Ò^èà Ā¹čA^ì " 3[>júěÒà³N^čš ÒàÚ¹α[Ī >ÒàA^àí⁰>à³ā[tj} " 3Ī} W^à} >àÒ^èà Ā¹čA^ì ÚàKìfì¹à³ó³ " f^àà³jú ' ìJàÚKā W^à>à " 3Ī} ' ìJàÚKā *Ò^èà³ó³ " 3à 3Ī >à t^àA^ìšā^{1 313} " f^àà ' ìJàÚ>à³Ī^à ' ìJàÚKā ěÒà³N^čš ÒàÚ>à ěA^ìŮj⁰ ěÒà³N^čš " 3à í⁰α>à W^àÚ⁰J^č}Kā³ā*Ò^è[Ā}f^àā³ĀA^ì J^Rà^à R^ìà " 3Ī} 3ìJàÚ>à ' ìJàÚ^àt^ìĀ}>à³ĀA^ì J^Rà^à R^ìà " f^àā³ĀA^ìŮj⁰ " 3à ' ìJàÚfà í⁰Ò[Ājú ' ìJàÚ>à š^àĀ^à 3š^à-3Ī¹ óā³Ā¹A^ìšKā ěò^àÚ>>à ' ìJàÚ Ò^èĀ⁰Kā³1^vĵā [°š^à " 3à ' ìJàÚ>à ěĀ³K; °A^ì[Jjú

' ìJàÚKā ěÒà³N^čš t^à ' ìJàÚ>à " ì¹Úà " 3à = 'Ĵā " 3Ī} A^ì[P^ìà^{3 13} J¹Kāfv^{ĵā} ' ìJàÚ>à Ā¹čA^ì ÚàìÒ^è%^α[f, ' ìJàÚ^àl^ĵ>α>à ěJ^ìà}K[>jú ' ìJàÚKā ěÒà³N^čš " [Ī ěĀ}>à í⁰à³t³Kā " ì>ì^à W^òā J^č}³B^ìā ě=ī¹³ š^àR^ìì=àA^ìó³ " f^àā³ó³ " f^àā³jú ' ìJàÚKā š^àXf^à " ÒàP^à *Ò^èà t^vĵ>à, ' ìJàÚ>à " ìĀ}>à³čš[Ā} ěĀ³K; [° " 3Ī} " 3>à " 3^àÒàA^àŮj^šà^à l^ĵšà t^ìĴāú ' ìJàÚKā ójK; °A^ìšf^à 3Ī Ú^àā³-31^č*Ò^è[>jú

ě³´¹[Ā}>à Ā^àì¹š óā¹A^ì[J^αKā ěò^àÚ>>à, A^à}°šĪ àóā¹A^ì[Jjú >àìA^à[tjG &ì>à>³ĀA^à >šKā *Ò^èà [óì¹š[Ā}>à ' ìJàÚKā ě=ììf^àA^ì J^č}³v^{ĵā} Ā^à\Ā^à ' ìJàÚ>à t^ìĴāú A^à}°šĪā ÚàŮj^à>à " 3Ī} 3š^à 3Ī¹ óā¹A^ì Kāfv^{ĵā} f^à[Ú^àĀ}>à J^òŮf^àA^à " 3Ī} ěÚĀì=àA^ìšĪ à ' ìJàÚ>à t^ìĴāú

ěÒà³ N^čšĪā ě³´¹[Ā}>à 3ìJàÚKā A^à}°š^à 3^àìÚ^àA^ì¹à Ī 3Ī [Ā}>à; yKā J^àf^àW^à[Ā} " f^àJ^Rà>à í⁰>>à ěÒà;>Kf^α[> " 3Ī} 3ìtj} š^àìK ÒàÚ^αKā " >ā}>à í⁰Kf^α[>jú A^à}°šĪā^àJ⁰ " f^àKā ě³´¹ " 3à *Ò^èà " š^àà &>: &: f^à ěĀ^àA^ìÒ^àA^ìš^à 313[Ā}f^à ěò^àÚ>>à >ÒàB^ìā ěÒà³N^čšĪā ÚàŮj^αKā *Ò^èà 313[Ā}f^à >ÒàA^à ě⁰ā^ì š^à¹à³ó³f^àā ěÒà³N^čš " 3à ÒàÚ¹α[Ī jú &[¹Ú^àKā =àv^{ĵā} ójK; °A^ìšKā š^àl^ĵ\⁰ š^àf^à ěÒà³ N^čš[Ā}Ī àĀ¹čA^ì ÚàŮj⁰ [°]ì\⁰ 3^àĀ^αKā^àJ⁰f^à, " 3v^à *Ò^èà 3ì=ìf^à, " š^àà &>: &: Kā ÚàŮj^αKāfv^{ĵā}, ' ìJàÚ J^č}³A^à ' ìJàÚKā Ā¹čA^ì[Ā} " f^àš^àR^ìì=àA^ìš^à ÒàÚ^α[Ī 31^č*Ò^è

A^à}°š " 3à ěĀ^àà

A^à}°š " 3à ěĀ^àà³t³f^à *W^à} >àÒ^èà 3ā[tj} 3ó³ " 3à ój}>à ÒàÚ^α[Ī >à " ÒàP^à t^ìR^àÚ ój^α[>jú 3ā[tj} " f^àW^àl^ĵ=àĀ^àšKāfv^{ĵā} \àKā í⁰Kìfì^à " 3Ī} ójK; °A^ìšKā >š[Ā; " 3à ěW⁰ŮP^àf^à 3ìtj} š^à°B^ìf^à 3ó³ " 3à ój}>>à ěÒà; ì>ìjú " &>: &: A^à}

0š " 3tj>à 3šà°Kā Ī }Nā> " 3[f 31ā í°>à 3ój3 " 3vijà
 &>: &:Kā 3[3}àĀā\ÄÖ>à, èĀ° šà}à >;yKā ṽÚÒPà
 íAjifīīRjĪ àJAJ; ètjīì¹àÒūfīā[>, íšĀā, °>--=š̄, >;yKā
 Òè;Ajā ṽòj³à³¹³ *Òūfīā ' ìJāÚKā " Òè>à Òū=īfKā ' ìJāÚā
 JAJ >āì=ÒìĀàÒūfīā[>, ' tj¹ĉAjĈj>à W; >ì¹à°>à ÒàÚ[¹ā{
 " [Ī àAjà}°š " fāàĀā\Āā Úā>à 3ój3 " 3à ój}>à [=à
 ÒàÚā[Ī ³¹ĉ *Òū ³[Ī Kā šā{ĀĀfāKā [óì¹š " [Ī >à Ajà}°š
 " fKā ³>ā}tj¹ā " fāĀāK; W>à Úā[Ājū ³ój3 " 3à ój}°Kā tĉ
 fā, WĪÚā°fKā ³tj³ " ³Īĉ >f³; è°šì=àAjījū ³ā{tj} ³ój3 " fā
 Òà}ìfāAjšKā " 3[f è°à>[ĀPKā " ³Īĉ " ìtj " ìtjāÚā f¹Ajā¹
 *Òèà èĀ³ ĀāKfā{Ā} " fKāf³vijā [Āì-fāAjījū W; >ì¹à° tj¹¹; >à
 ' ìJāÚfā ÒàÚ[¹, ' &>: &: Ajà}°š Jĉf}³Aj ³Āā>à ³Āā>à ³šš
 ój>à èĀīK; W>à *ÒKīfīā[>; ³šà°Kā ètj}à} è°īì¹àÒūfīā[>jú'
 tj¹¹; Ĉj>à W; >ì¹à° " [Ī àè°àÚ>fāà = ĪKā, ³ój3 " fKāf³vijā
 ⑧j¹à šā>à šāì' - " ³ è°šì=àAjījū &>: &: Ajà}°š{Ā}
 (è=à) Òà}ìfāAjšā, èAjā{óì èĀ' à Īā{Òtj{Ā} [š>à, °à>à°ÒPà,
 " [Ī >[W>à) " [Ī &[fAj " >ā >;yKā èÒP>à šĉĀā>à ÒàÚā[Ī >à
 JāÒjKā " ój>à *Òū ³ìJāÚKā ³ā{tj} ³ój3 " fā³ìJāÚ>à ³tjāAj
 W>à èÚ{ĀPà Rj³[Jf>à " fāà ³¹³ *Òūfīā Ajà}°š J¹[f ³ìJāÚKā
 ³ā{tj} ³ój3 " fā³āĉ\Jjū " fāAj[¹Pj¹ā Ajā " fā' ìJāÚ>à ój}
 [J>à ³*} " fĉKā èÒĀā ój>à ³*}fā' ìJāÚ>à ³fā=āìfāAjšā¹³>à
 èÒā; >¹K[f, ' ìJāÚ>à ójK; °AjšKā >ĉ{Ā; " ³Īĉ >àĀā{tjG
 &ì>à{>³ĀĀjā ³ā}W; šāRjāAj èĀ[P¹ā[>jú

Aj[¹Pj¹ā ³ā{tj} " fāèÒìfāAjšfā =āĀK[f, RjāÒèà AjāĀj³fāèĀāÚf>à
 Wāljū=à¹Aj{JK[> ÒàÚā[Ī ÒAjì=}>¹Ajš{Ā}>à ššāĀjū JāÒjKā >Ajšā
 &[¹Úā >;yKā [¹\>° Aj[³tjKā šāljūjā*ìfāĀ>à, " ìtjāÚā ³ā{tj}{Ā}fā
 °àljū=àAjšā " ³Īĉ èW\àÒtjĀ} èÚ>ì=àAjš>à èĀīK; šā>à ÒàÚāfā
 °àAjÒĀAjšā Rj³K[>jú

Wš W>à Ā¹ĉAj Úā¹Ajšā " ³Īĉ èĀīK; šā ÒàÚāfāí°¹>à ³tj³fā,
 Ajà}°šAjā =āBjā *Òèà ³ā{tj} " ³à šāRjì=àAjÒū ³[Ī Kā " ÒàPà ³ā{tj}
 " [Ī fā, Ajà}°šAjā *Òèà ³¹³{Ā} " fā[>Ú³ >àÒÒìĀ (³[³}, ³*}
 ³ìtjī, " [Ī >[W>à) " ³Īĉ =à\>à ³>àÒtjĀ} Jì-fāiĀĀj ÒàÚ[¹>à ³tj³
 " [Ī fā Ajà}°š " fāèÒĀā =āAj ÒèJā}Kā *Òèà ³*} ³āĀKĪā ' ìJāÚKā
 " ÒàPà Òū=i " fāšāRjì=àAj>āKāf³vijā ' ìJāÚ>à Úā f³ è=ā[Ā> ÒàÚā[Ī
 ' ìJāÚ>à >ā{Ā}Kīfīā[>jú Ajà}°šAjā è³¹ " ³³³ *Òèà &>: &:
 Kāf³vijā èWāj{Ā>ā>à " ³Īĉ ' ìJāÚKā ójK; °Ajšfā =à\>à ÒàÚā[Ī
 ' ìJāÚKā fā[Úā[>jú ' ìJāÚKā èÒā³Npēā Ā¹ĉAj Úā>à ÒàÚā[Ī ' ìJāÚKā
 *Òèà Jāfā}W>à[>jú

* &>: &: Aja} °š " ³à èÒìì fàAᵐKā " ìÒPà
 šàl;Kāf³vᵐ Aja} °šAjä °àÒfì¹ A; ÒàÚᵐ fàèÚ} ᵐāÚáú
 =à\ᵐà ³>àÒfì¹}

' ìJàÚKā " >āÇᵐà W; >ì¹à°>à ' ìJàÚfà ÒàÚf¹, "' ìJàÚKā
 Aja} °šAjä ³ì=iKāf³A; " ì¹àÒèà ³šà" ³f í° - >ā{Á¹ᵐà #Á " ³à
 ³ÒÀ; ³Āàà ' ìJàÚKā Aja} °šAjä - àJ° fà ³Āᵐàèó;Rᵐì fàA;šā¹ A;šà ÚàÒᵐ
 ' ìJàÚKā °{W}ᵐ{Á}f =à\ᵐà ³>àÒüRàvᵐ} > ³ìJàÚ>à Îāì > ètjììfjú'
 ' ìJàÚKā =à\ᵐà ³>àÒfì¹} " [Î ³¹³ " fàà, Aja} °š " fKā Úa}ì°>
 Ā¹ᵐ>ú " ³Îž ³ìJàÚ>à ³ā{tj} Jāf}³vᵐ Wà} >àÒèà Úàᵐà ÒàÚᵐ[Ī A;à
 èÒÀà ³¹ç *ÒᵐēĪ ᵐà ètjᵐfà ³tjā; Wāfᵐà " ³Îž ' ìJàÚKā èó;ì °ā{Ácèà
 ó;K; °A;šKā Ò{t;ÒāĪ í°t;ᵐà A; >àP; ' {Ā}ᵐà è=i³ā *Òèà JĀᵐà
 " [Ī >à &>: &: Kā Aja} °š{Ā}ᵐà - àÒ>[Jᵐà >; yK>à =š[W>[Jᵐó;à*ᵐà
 Úa*Ò>[Jᵐà èA;à³A; {Ā} " fKā ³>āfà " ³[>ú &>: &: Kā ³āJ°
 " [Ī =à\ᵐà ³>àÒüJpà ÒàÚᵐfKā ³×v;à ³ā}W; A;ā Wā;ìÚ}P;³à t;v; >à
 è=ā;Ò{Ā}ú ³ìJàÚKā =ᵐA; ³ó;³{Ā} " fàà šĥ¹ᵐà fāÚā{Ā} " ³Îž ó;v;ᵐà
 è=i³ā{Ā}>à Aja} °š " fāšā¹ A;šà Úaᵐà è=i¹ᵐà Āàó;fàèÚ} °Kā Aja} °š
 " ³Kā è=i³ā{Ā} ÒàÚᵐ[Ī Úa³à èWā;{Ā}P Kā è°āÚ>fàà J°ìÒiKìfìᵐ[>ú
 ēĪ ᵐà ètjììK ÒàÚᵐKā " ì¹Úà - à " fà³šĥ ó;àÒᵐà ÒàÚᵐ[Ī ³¹ç *Òᵐ
 Aja} °šAjä =à\ᵐà ³>àÒfì¹} Kā *Òèà èt;Āš Ç;KāÒèà t;ā;šà " ³à ³JāKā
 èš¹ā{Ā} " [Ī fā Úa*{¹ú èÒÀà ³šĥ ó;ᵐà Ç;KāÚ>à t;ā;šà " ³Kāf³vᵐf
 " Úaᵐà šā¹ᵐà &>: &: Kā ēĪ ᵐāKā è³>ā&° fà í>>ᵐāÚáú

Îā¹>Kā °³{\} " ³à *Òèà, ³ìJàÚKā fā{Úā{Ā} " fāšāR;=ā;šfà
 ³ì=i t;ᵐà " A;Aᵐà èšà; W;{Ā} " fā³ìJàÚfà Úa*¹K{f =à\ᵐà ³>àÒfì¹}
 " fāJāÚKā èÒÀà ³āÚ šā;ÒüÒàÚᵐ[Ī ' ìJàÚ>à l;ᵐJᵐì èšà; W;{Ā} " fāšā
 Úa*{¹f :

1. jú ēĪ ᵐà ètjììK ÒàÚᵐKā " >ā}ᵐà " ³Îž " šà`à
2. jú &>: &: fà ó;K; °A;šKā Ò{t;ÒāĪ " ³à (' ìJàÚ>à ÒàÚf¹ Úa³ᵐà fà
 WÒā " ³Kā ³t;³ èĀ}>à í°ᵐà " ³à)
3. jú &>: &: Kā èJāR;=à} t;¹ā>ì=àÜ " ³Îž W; >ì¹à° t;¹ā>ì=àÒKā
 W; >ᵐà Úaᵐà `à " ³Îž {ᵐà t;ᵐà " ³à
4. jú Aja} °š " fāšā W; >à Ā¹A; Úaᵐà

ēĪ ìyᵐ;¹

- ³JāKā{Ā} " [Ī Kāf³vᵐ ēĪ ìyᵐ;¹ " fàà fā{Úā«*Òü:
- * ³ā{tj} ³ó;³ Wā} >àÒèà Óà}ì fàA;šà " ³Îž è°à>{ĀPà-
 *Òf;}>ᵐà ³¹³ *Òᵐ >áú
 - * &>: &: Kā ó;K; °A;šKā šàl;ᵐ\° ššāKìfìᵐà A; >àP; `à
 °{W}ᵐà " ³à Jì-fāA;šà
 - * èA;à{ó; Ī A;ìĀàÒüēĀāÚf>à èĀ{Ā ÒàÚᵐfàèÚ}ᵐà
 - * ³ā{tj} Kā è¹ìA;āf{Ā} ètjì{ĀPà
 - * Aja} °šAjä =ᵐB;ā *Òèà ³ā{tj}{Ā} Kāf³vᵐ èĀ³ Āàᵐà

eĪ ìyūj|¹ " fàà Wāl jūà fàlŪâ«³ à šš¹α[> ³¹³ " fàà ³Ī Kā
 ój³ " [Ī àáŪà>à è⁰iĪ¹àŌi fīα[>jú ³tj³ í⁰αà [J[αvjjā èŌà³Nqš " fKā
 è³´⁴[Ā]>à ètj;αà}Kāf³vjjā ŌàŪ\¹Aj;šfā ³ìtj} šà}ìK ŌàŪαKā " >ā}αà
 " faí⁰Kìfīα[>jú

èijò¹¹

³JāKā[Ā} " [Ī Kāf³vjjā èijò¹¹ " fàà fàlŪâ«*Ōü:

- ★ Ajà}°šAjä ššó|³ è=àAj;š[Ā} šāi=àAj;šà
- ★ Ī àŌtj, " ³Ī ž èšà; íWĀ} í⁰αà
- ★ èĀ⁰=šKā è¹ìAjāfçètj|[ĀPà
- ★ èĀ⁰ òàAj;αKāf³vjjā Ajà}°šAjä `àJ⁰Kā *Ōèà `àì¹š[Ā}
 " fāšàRjì=àAj;šà
- ★ Ajà}°šAjä " fāà Wā} >àŌèà šāl jf³[Ā} ššà

Aj|¹Pj´ à èijò¹¹ " fāà t;RāŪ ójαà " S;Kā `jà í⁰¹Kf " ³Ī ž
³ĀàKā èĀ⁰ =šKā [ŌĪ α [>Ū³ Wā à šàĀ\αà *ŌèKf ³ìtj} *Ōü
 Ajà}°šAjä íšĀà òāĀ [Āā\Āαà ŌàŪα[Ī >à ' ìJāŪ>à ³àìŪāAj;Jαà
 JāŌjKā Wāl jūà Ī ³Ī àĀ}Kā ³>fà " ³[>jú f¹Ajā¹Kā èĀ>ój³fā í⁰¹´ à
 èfā⁰à¹ [Ō[Ā} AjŪā ³àRjìJú ³[Ī Kā òāĀ Āā\Āαà " [Ī >à >àìĀā[t;G
 &ì>à[>³Ā>à ètj;αà Ūα[Ā} " fāà " [=]αà šš³vjjā >vj>à, " Ajà}°š
 Jāf}°Bjä " ŌàPà ³i=i " ³[f í⁰-èŌi\Āj; èŌi\Āj;³Aj; `āfā à í⁰[¹αà
 &[fAj[Ā}fā šāl jū\° " [Ī ššà' " Ī šà-ŌàŪ[¹αà, ' ìJāŪKā ³Rāçj;αà
 Wā >ì¹à⁰Kā =ì ' ŪāŪfā íŪ[¹jú ³ìJāŪKā ój³[Ā} fšà òāĀ Āā\Ā[Jαà èijò
¹¹[Ā}fàà ³ìJāŪKā òāĀKā ójK; òAj;šKā ò³fā ššà ³³⁰ " fāĀ=ā>à
 òā } ŌàŪα[Ī " Ūā´ à³tj³fā ³ìJāŪ>à JRj|Jú èĀ}>à ŌàŪ¹αfā, èijò¹¹
 " fKā òāαà fàlŪâí⁰ " ³Ī ž ³[Ī Kā è=i¹³ " [Ī šàRjì=àBjìfī|¹αà
 è³´⁴ " ³à J´fā `àJ⁰ Ūā³à ³Āà J⁰ìŌiKìfīα[>jú Ajà}°šAjä èijò¹¹
 " ³à *Ōèà èĪ αà ètj;αà fā Wā;αà ³¹³[Ā} èŌĀà ój}>αKāf³vjjā &>: &:Kā
 Aj>ójì¹X>à " Ūαà šš¹αà èijò¹¹Kā Jā šàŌü⁰àŌjìAj; " faí>>αāŪāi

Ajà}°šAjä èĪ αàKā ³ā×; ([\ : &Ī : " à¹:)

³JāKā[Ā} " [Ī Kāf³vjjā [\ : &Ī : " à¹:>à fàlŪâ«*Ōü:

- ★ &[¹Ūā Ī [ŌĪ Aj|³tj (&: &Ī : [Ī :) " fKā ³ā[tj} Wā}
 >àŌèà Ūā*αà
- ★ &: &Ī : [Ī :Kā Ī α-Aj|³tj[Ā}fā è³´⁴ " ³à *Ōèà èĪ αà
 ètj;αà
- ★ Ajà}°š " ³Ī ž &[¹ŪāKā ³¹vjjā ò}fāŌü" ³à *Ōèà èĪ αà
 ètj;αà
- ★ [\ : &Ī : " à¹: - ³×; Ajā fàlŪâ«šš³Āαà
- ★ `àĀç Ī [ŌĪ * [ójĪ t;ā Ajà}°š " fā Wš Wā>à è¹[\Ēā¹
 ètj|[Ā-fàà =´ à

Ajə}°š " fKā šāl jüojə* >>ə " fə *òèà òàú[Ī >à ³[Ī Kā ój³
 " [Ī Kā JəŋKā ³¹ç *òèà ³³àò[jü ēĪ əKā ³āx; " [Ī >à Ajə}°š " fKā
 íòìòì[¹ə éóì òàĀššā " fKKā ³¹vĵā í°ə tĵ; >ə Úā%ə Ā³[Āóĵ³
 " fə *òèü [\: &Ī : " à¹: òàú[Ī [>Ú³Kā ³Jāfà í°ə šāl jüojə* >>ə Kā
 ³¹ā " fĵ, ³ìJāÚKā ³ì=i|f " ìtjāÚà Ajə}°š [Ā}fā >; yKā " šĤà &>:
 &: fā ēĀāĀA;šà Úāə ³¹³[Ā}fā Ajə}°š Ajā - àJ° " fKā ³x; [ĀP[> jü
 ³ā ò³Kā *òèà &>: &: éóì òàĀceə Wā* J; °[ĀĀ[Ā}Kā ³tjā}fā Ajə}°š
 " fĵā šāl jüšā " ³Ī ĵ Ajə}°š " fKā šārĵì=āĀĀ =əĀj[Ā}, šāU°[Ā}
 >; yKā Ī ³Ī [Ā} " fā&[¹UafKā ē°āú>fā ēÚĀə òàú[Ī ³[Ī Kā ³ì=i
 " [Ī >à ³āx; " fĵā f¹Ājā¹ *òè[Ājü &>: &: Kā šāl jüojə* >>ə Kā ³¹ā
 " fā[\: &Ī : " à¹: " fā à tĵ; ò-fə òàú[Ī ³¹ç *òèü

Ajə}°š Ajā ēĪ əKā ³āx; -
 ³x; ([\: &Ī : " à¹ - ³x;)

" ÒàPà WÒā " fā à tĵ ' à *òèà í°ə " fKā " >āçəə WÒā " fā à [\:
 &Ī : " à¹: *òèà í°ə WÒā " >āKā *òèà " ì¹Úà " ³[> òàú[Ī JAj
 >vj>à [\: &Ī : " à¹: - ³x; " fKā ój³ " [Ī [\: &Ī : " à¹: fā
 ēĀĪK; šāə " fāšā >əKāf³vĵā " ³Ī ĵ tĵ³ >əKāf³vĵā [\: &Ī : " à¹: -
 ³x; " fā à &: &Ī : [Ī : Kā ³ā[tĵ} Jĵ}³vĵā Úā*ə òàú[Ī tĵRāÚ ójĵjü
 [\: &Ī : " à¹: í°tĵə ³tĵ³fā [\: &Ī : " à¹: - ³x; " fā à [\: &Ī :
 " à¹: Kā ³ì=i " fĀ āšārĵì=āBj[> jü

ēĪ ə ètjĵ >ə Kā " ìòPà °ì ' °[Ā}

³=vĵā š >[Jĵ[Ā} " [Ī ēĪ əKā " ĀjĀjəə [>Ú³[Ā}Kā ē°āú >>à
 JĀəə =à\əə ³>àò[Ā} Rĵāvĵ[> jü ' ìJāÚ >à ēĪ ə ètjĵə Úāə " ìtjāÚà
 °ì ' ° " ³[f - àRĵāRĵə >; yKā °[Ā]əə " ³ā *òèü [>; " [Ī Pj ' à =à\əə
 ³>àò[Ā} " [Ī Ī <à¹ > *òèà Ajə}°š Ajā ēĪ ìyĵj[¹ " fā à J[Ājü ³ā ò³Kā
 *òèà éóì òàĀš[Ī Kā [ĀPà =ĵ >à Āā[Ā]Jəə ³Āā} °àĀjRĵ%əə [>Ú³[Ā}
 " ³Ī ĵ ³ā[tĵ} [ĀĀ >əKā ètjāRĵə ètjāRĵāPà °ì ' ° ĀjÚā í°jü òàú[¹ə[Ā}
 " fā à " ìtjāÚà Ajə}°š [Ā}fā >; yKā " šĤà &>: &: fā ēĀāĀj[- fĵ³ĪJ
 >ā}tĵ³K[> òāú >à ' ìJāÚKā ³¹[çəə Wĵ. >ì¹ā° >à ' ìJāÚfā - àĀA;šāĪJĵ
 ³[Ī Kā ³J° ³ì=° ĀjÚā " [Ī >à ' ìJāÚKā éóì òàĀš " [Ī əòèà Ājĵ[ò[Ā
 " ³Ī ĵ ' ìJāÚKā ètjĵə Rĵ ' à " fā ēò >K; ò[Ājü ' ìJāÚKā " ÒàPà òèü=i|f
 ³tĵ³ í°ə [J[əvĵā ēòì[Āj ēòì[Āj³Āj - āfā à í°[¹ə &[fĀj[Ā}fā
 ójK; °ĀjšKā šāl jü \° " [Ī šĵ[> jü

°[Ā]əə

°[Ā]əə - ³ój³ ĀjÚāfā ' ' ēWÚā¹šĪ &' ' òàú¹KĪ āJRĵ >əə - >āĀ[Ā]tĵG
 &ì >à [>³ĀĀjā ³ā[tĵ} ĀjÚāfā Wā} >àòèà Úā*¹ĀjšfKā ój}°Ājšā
 ÒĀjì=}>¹Ājšā, šāU° " ³Ī ĵ " àĀ ³ìRĵā-fā í°Kìfì[> jü JĀ-í >>əə
 " fā >àĀ Wx[J >əə " ³Ī ĵ Ajə}°š Ajā ³*} ³ìtĵi " fKā ³tjā} Òūfā à

W. šà ÒàÚṁ[Ī ³āĀAj " [Ī Kā fāÚā{>jú ³[Ī ³šš Jāf}³Bjā *Òèà ³ā{tj}> " ³Ī ³āĀAj " ³³³Kā ēÚĀJèà ³tā}fà ³tj šāi¹àÒèṁ[> ÒàÚṁ[Ī ³āĀAj " fāà >ā}[Ā}Kfṁ[>jú

óK; ³AjšKā >ā}[Ā; " ³à [Ā; ÒĀṁKāf³vĵā ³ā{tj} fāè ³āĀAj " fāà fāÚā«*Òĵū Ī ³Ī ā}[Ā} ēÚĀèà ÒàÚṁ[Ī >à ³ĀĀAj JR;>ṁKāf³vĵā f¹Ajà¹ *Òèà tjà¹KĪ à šālĵš}[Ā} ēÚĀèà ÒàÚṁ[Ī " [Ī ṁáóK; ³AjšKāf³vĵā f¹Ajà¹ *Òĵū ēĀ}>à íᵒṁà ÒàÚṁ[Ī " A;A;ṁà Òū=i " [Ī Kāf³A; " ³Ī ³ " ìtjàÚà &[fA;Ā}ṁà&[fA;Ā>fKā óK; ³Ajšà ÒàÚṁ[Ī fàóK}ṁfà ³ìtj} šà}>>ṁKāf³vĵā ' ìJāÚ ³ó³ " [Ī fà íᵒ[ṁ[> ÒàÚṁ[Ī ³āĀAj " fKā -àJᵒfà ³tj³ íᵒṁà [J[ṁvĵā ójà*Kfṁ[>jú

- àRjà}ṁà

³ā{tj} " ³fà -à Rjà}>>ṁà JĀṁà &>: &: ē³´¹ " fà&>: &:Kā óK; ³AjšKā ēšāNā³ ÒàÚṁ[Ī, ēJāRq=à} tj¹ā>ì=àÒū" ³Ī ³ W. >ì¹àᵒ tj¹ā>ì=àÒū" [Ī ṁàšàRqì=à}[Ā} " ³Ī ³ [Ò}[ᵒṁà A;àPj´à " ³à *ÒèKā ³ì=i tjàÒĵū ēJāRq=à} tj¹ā>ì=àÒū" ³Ī ³ W. >ì¹àᵒ tj¹ā>ì=àÒūKā ÒA;ì=}>¹AjšKā >; yKā ³W} *Òèà ēĀ}>à íᵒṁà ³tj³ " fāÚā*ṁà &>: &: ē³´¹[Ā} ³¹à} A;āÚ>à íᵒ\ fṁà " fPj´à &[¹Úā[Ā}fà, >àA;ā{tjG &ì>à[>³Ātjà šĀĀ ÒA;ì=}>¹A;[yṁà A;à}ᵒš " ³>à &>: &:Kā W. >ì¹àᵒ[Ā}ṁàēĀ¹āĀ>à ēᵒ[ṁà Úṁà " ³Ī ³ &>: &: ēóìÀā[ĀšA;ā, ³šàᵒfKā -àRjà}ṁ[Ā} ṁàt{> ètj¹ṁà ÚṁKā *Òū=àA;šà íᵒjú ³[Ī Kā [óq]³ " [Ī fKā >àì " àA;ṁà ᵒ´ā A;Úā³¹ᶜ³ íᵒjú " ìtjàÚà &[¹ÚāfKā " ì>ìṁà A;à}ᵒš[Ā}ṁàēĀiK; šāṁà =šĀĀ ³ó³[Ā}fà W. >ṁKā " >ā}ṁà " fāíᵒ ÒàÚṁ[Ī ē³´¹[Ā}fà, ' ìJāÚKā ēṁ[Ī A; ēijG>à, Jf³ *Òèà ' ìJāÚfà >ā}[Ā}Ò[A;úA;à}ᵒšA;ā " ÒàPà ³ì=i " fā³ššójàÒPfà, èÒi[\A; ēÒi[\A;³A; -āfā à íᵒ[ṁà &[fA;Ā}fà óK; ³AjšKā šālĵ\ᵒ " [Ī šṁfà -àRjà}ṁà " fāà ³ìtj} šà}Òĵū &>: &:Kā ³ā{tj} " ³fà -à Rjà}ṁà ³tj³fà ' ìJāÚ ÒĀṁà&[fA;Ā>Kā ᵒāÚ>āfKā óK; ³[Ā}ṁà &[fA; *Òèà Ávĵāvĵā à ³ìÚA; ēĀ}ṁà óK; ³AjšKā šālĵ\ᵒ " ³à šā>>ṁà ēW;[Ā>Kìfìṁ[>jú ' ìJāÚKā " W}ṁà &[fA;Ā> >; yKā " "òāKā -à¹ā[Ā} " " fāĀ A;à èÒĀā ēJāRq;f¹ṁKā ³ì=i tjàìf, ³¹³[f [Ā[\Āṁà ÒàÚṁ[Ī A;¹³ ètjì[ṁàK ÒàÚṁ[Ī ' ìJāÚ ēᵒàÒū³A;à JRÒĵū ' ìJāÚ [Ā[\Āṁà ēᵒšṁà >àA;ā{tjG &ì>à[>³Ātjà ᵒA;[ṁ[> " ³Ī ³ ' ìJāÚKā ÒA;ì=}>¹A;šà, šāUᵒ " ³Ī ³ óK; ³AjšKā " àĀà " fāēÚĀ>ṁà ' ìJāÚ ³ó³ " [Ī fà íᵒ[ṁ[>jú



ēĀ³K; ³Ajšfà RjàÚ[¹ṁà &[¹Úā[Ā}fà íᵒ[ṁà ' ìJāÚKā " ì>ìṁà A;à}ᵒš[Ā}Kā ³ó³fà : ēJāRq=à} í>>ṁà ³ā{tj}[Ā} " ³Ī ³ Ī ā[Òtj, à í>>ṁà ³ā{tj}[Ā} " [Ī ē³´¹[Ā}Kā ³šš ³Ī¹ ójà¹AjšKā Úā³à³¹ᶜ *Òèà " ìÒèṁà " ³[> ÒàÚṁ[Ī ' ìJāÚ>à lĵūJṁú >ā}[Āṁà " ³Ī ³ ēóìᵒā[ĀšA;ā ēᵒāÚ>fāà >ìJāÚKā JĀÒĵKā óṁà " fāšàRqì=àA;šfà ' ìJāÚ>à >ìJāÚṁà šā}[Ā} ē=iK; [ᵒ " ³Ī ³ ÒĀà ÒĀà ᵒA;ìJā: ³[Ī >à =ṁA; šàRqÒūl

&>: &:Kã °ì´°fà " ìtjàÙ[Å}Kà ë°àÙ>fàà
 ' ìJàÙ>à ëWÀj[Å>ããà ³tj³fà " ³Î ð
 ' ìJàÙ>à ëÜÄ¹ãà ³tj³fà
 ' ìJàÙKã ëtjãã³°fàljü °A;Òjü

Copyright © 2009 by
 Narcotics Anonymous World Services, Inc.

ÒA; Jãf}³A; " ìójà}ãKã>jú

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



³[Å &>@ëóì°à[Åš>à " Úàà [š¹ãà Î à[Òtj,àfKã Ò>ìfàA;Wã[>jú

Narcotics Anonymous,    " ³Î ð The NA Way

ë¹[Ñð¹ ëtj¹ãàlj³[Å}[>jú

Narcotics Anonymous World Services, Incorporated.

ISBN 978-1-55776-386-need Manipuri 5/09

WSO Catalog Item No. MP-3102