

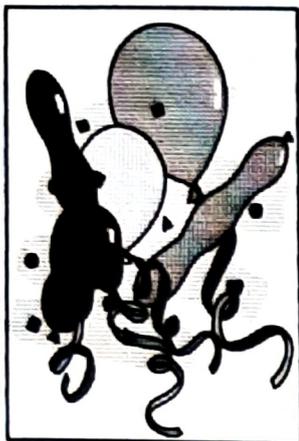
Nar-Anon

Boletim Informativo Nº 1

Ano 6

Outubro de 1996

Editorial



PARABÉNS AOS GRUPOS

*Uberlândia,
Florianópolis
Crisciúma
Rondônia
Manaus
Tocantins
Brasília
Fortaleza
Maceió
Recife
Natal
João Pessoa*

sejam bem-vindos!

"A compreensão é uma fonte de vida para aquele que a possui." Rogo pela perseverança de ler, cada dia, alguma coisa que me ajudará a adquirir compreensão.

UDCV - pág. 23

Muito tempo se passou desde a edição de nosso último Boletim informativo, e apesar de me manter em contato com muitos dos companheiros de outros estados e mesmo do Rio de Janeiro, sentia falta deste contato com companheiros que sequer conheço, pois minha comunicação era através daquele veículo.

Mesmo assim, não ficamos parados. Muito foi feito em prol do crescimento da nossa Irmandade e muito se solidificou esta obra cada vez mais unida e forte, através do trabalho incansável de inúmeros companheiros, que trabalham voluntariamente pelo Nar-Anon.

Tivemos o 4º Encontro Estadual de Nar-Anon do Rio Grande do Sul, tivemos o 2º Encontro Nacional de Nar-Anon realizado em São Paulo e tivemos a Assembléia de Área do Rio de Janeiro, que transformou o ENAR-RJ em Comitê de Área do Rio de Janeiro e, recentemente, o complemento daquela reunião com a criação do SINARJ (Serviço Nacional de Informação do Rio de Janeiro), pessoa jurídica que doravante responderá pela informação ao público no Rio. Tivemos também o 1º Encontro Estadual de Nar-Anon, em São Paulo e o surgimento de novos grupos, fora do eixo Rio-São Paulo-Porto Alegre, como os Grupos de Uberlândia, Florianópolis, Crisciúma, Rondônia, Manaus, Tocantins, Brasília, Maceió, Recife, Natal, Fortaleza e João Pessoa porque assim o Poder Superior o permitiu.

Todos os eventos foram de enorme crescimento para o Nar-Anon, e não podemos deixar de falar na realização da 1ª Conferência de Serviços Gerais, realizada no Rio de Janeiro, a qual compareceram Representantes de Grupo (RG's) de todo o país. Apesar de nossa pouca experiência pudemos dar um salto no sentido de conscientizarmos os Grupos da importância do estruturamento da Irmandade de acordo com os Manuais de Serviços, tanto que o tema da conferência foi: Estrutura de Serviço: Unidade e Crescimento.

Foi muito bonito ver tantas pessoas, que há pouco tempo não sabiam sequer o que fazer de suas vidas, se doando em prol do Nar-Anon. Sei que ainda erramos muito, mas o amor com que cada companheiro(a) se envolveu na tentativa de fazer com que tudo saísse da melhor maneira possível, nos levou a crer que, no geral estamos acertando. A emoção foi muito forte, pois não tínhamos idéia de como fazer uma Conferência, e muitas reuniões foram feitas para se chegar àquela confraternização final do último dia, quando não pudemos conter as lágrimas de emoção do dever cumprido.

Não podemos também esquecer de falar também das novas peças de Literatura, que lançamos na Conferência, cuja 1ª edição está prestes a se esgotar e já estamos em fase de impressão de nova edição e mais algumas outras peças que estão sendo preparadas, usando os recursos da própria venda de Literatura.

A partir deste 1º número da nova fase do BOLETIM INFORMATIVO NAR-ANON, cuja periodicidade será bimestral, estamos contando com a colaboração de todos os membros, pois o Boletim pertence aos membros do Nar-Anon e é através dele que poderemos expressar nossos sentimentos que servirão para ajudar a, quem sabe um dia, termos nosso livro próprio UM DIA DE CADA VEZ NO NAR-ANON, com a aprovação de nosso Escritório Mundial, se Deus quiser. Desejo que todos tenham muitas 24 horas de Serenidade.

Marilton

Boletim Nar-Anon

7ª TRADIÇÃO

Temos notado que as contribuições efetuadas pelos Grupos de 20% (vinte por cento) referentes as sacolas normais do mês, caíram drasticamente em 1996, principalmente após a realização da Conferência de Serviços Gerais, pois acreditamos que tenha havido um mal entendido sobre a forma de efetuar os depósitos, portanto, queremos lembrar aos Tesoureiros de Grupos que os depósitos devem ser centralizados através dos Distritos, onde estes já se encontram organizados, os quais, repassarão ao ENSNAR o total recebido dos Grupos sob sua jurisdição. Os Grupos que ainda não inscritos em sua área devem continuar a depositar na conta No. 50205-8 agência 0477 do Banco Itaú Rio - Cinelândia, no Rio de Janeiro, em depósito normal sem identificação, pois o custo dessa identificação é muito caro.

Lembramos ainda, que as sacolas trimestrais, já há muito tempo andam esquecidas pelos Grupos, e como dizem os Manuais de Serviços, tratam-se de contribuições feitas nos meses de janeiro, abril, julho e outubro de cada ano, provenientes de sacolas especiais, com fim específico de servir de reserva para a realização de nossas Conferências de Serviços, cuja próxima será realizada em abril de 1997. As despesas com as CONFERÊNCIAS DE SERVIÇOS GERAIS são de responsabilidade dos Grupos. Desejando a todos 24 horas de Serenidade.

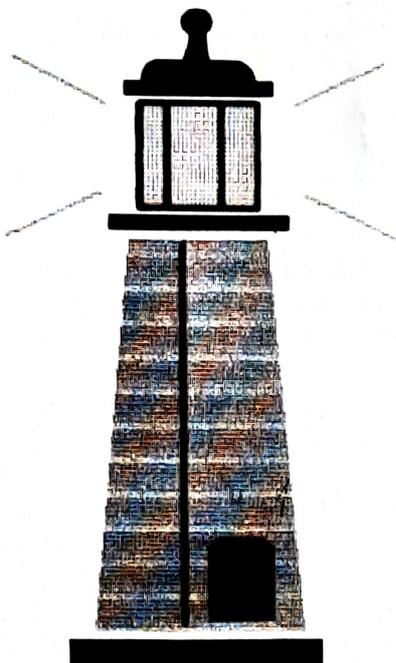
Firmino

Tesoureiro do ENSNAR

Não se cobram taxas de ingresso, nem mensalidade, mas, como parte de um todo maior, cada Grupo é responsável pela manutenção dos serviços, local, nacional e mundial de Nar-Anon.

Os Doze Passos & As Doze Tradições

III ENCONTRO NACIONAL NAR-ANON / NARATEEN



Dias 08, 09 e 10 de novembro de 1996
Instituto Salesiano Pio XI
Rua Pio XI, 1.100 - Alto da Lapa
São Paulo

Preços:

Estadia completa c/ pernoite - R\$90,00

Estadia c/apenas refeições - R\$50,00

Depósitos deverão ser feitos:

Banco Itaú - ag. 0421

conta 39.106-1

encaminhar xerox do depósito com seu nome e grupo para :

ENAR / SP - Caixa Postal 26.089

São Paulo - SP

Cep - 05.599-070

INSCREVAM-SE RÁPIDO

150 lugares com refeições e pernoite

50 lugares com apenas refeições

maiores informações 011 605-8403

PRESTANDO SERVIÇO

Sou familiar de um adicto e havia perdido o controle de minha vida.

Pouco a pouco, um dia de cada vez, venho buscando a minha recuperação, com o auxílio do programa que comecei a conhecer a partir do dia em que me permiti ser ajudada.

Procuro viver cada dia de minha vida à luz da filosofia dos DOZE PASSOS (apesar das dificuldades que a minha condição humana me impõe).

Apoio-me rigorosamente na Oração da Serenidade e nos Lemas.

Quero, preciso e mereço melhorar! Acredito ser minha obrigação familiarizar-me com as DOZE TRADIÇÕES para que eu possa fazer a minha parte na manutenção da Unidade. Por gratidão, envolvi-me nas atividades da Irmandade. Sou prestadora de **SERVIÇO**.

Comecei a prestar serviço quando, pela 1ª vez fiz um depoimento. Precisei de muitas 24 horas para romper as 'invisíveis correntes' que me impediam de participar mais. Porém, graças ao Poder Superior, à minha boa vontade e

ao incentivo e confiança de meus companheiros fui ampliando minha participação.

Arrumei, e ainda arrumo, a sala; vendi literatura e coordenei reuniões; levei, e ainda levo, a mensagem a recém-chegados e um dia fui escolhida para representar o 'meu' Grupo junto ao Escritório Estadual de Serviço (ENAR-RJ).

Novos companheiros, mais serviço, mais crescimento.

Companheiros, este espaço neste Boletim me foi oferecido para que eu conte a vocês um pouco da história da Área do Rio de Janeiro o que farei no próximo número. Depois de mim, outros companheiros contarão a história de outras Áreas.

Por hoje, deixo aqui meu testemunho de que assim como prevê o Manual de Serviços Gerais, o **SERVIÇO TEM ME LEVADO MUITO ALÉM DOS LIMITES DO GRUPO E DE MEUS PROBLEMAS PESSOAIS**.

Meu nome é Eliete Maria
Uma Nar-Anon em recuperação.

DEPOIMENTOS

Mudanças

Atrás de você está todo um passado com boas e más ações. Tudo o que se viveu é imutável - já aconteceu.

Relacionar-se com outras pessoas, implica em compreendê-las e não julgá-las. Quando se julga, você se distancia e o bom relacionamento decresce.

Nos sentimentos negativos, nossa própria força é usada contra nós mesmos. As mudanças externas dependem do quanto se trabalha internamente esses sentimentos para que possa haver uma inversão desses valores.

Não são os conflitos em si que devem nos preocupar, mas como lidamos com eles. Devemos ter a preocupação de manter o equilíbrio entre a nossa integridade pessoal e a sensibilidade das outras pessoas. Antes de discutir com os outros, por que não se olhar interiormente (como um espelho interno) para percebermos se quem está precisando de mudanças não somos nós mesmos.

É mais fácil nos transformarmos que ao resto do mundo.

Maria José (Tia Zezé)
Grupo Vivência
Nar-Anon Campinas - SP

Agradecimento

É com muita serenidade, que ocupo esse espaço para agradecer a Irmandade Nar-Anon por ter me acolhido com carinho.

Há anos, quando aqui cheguei, a linguagem da minha vida era a solidão, revolta e desespero. Procurei ajuda para sobreviver a tantas amarguras.

Conhecendo e vivendo o programa, os Doze Passos e as Doze Tradições, acompanhada da Oração da Serenidade e dos Lemas, encontrei o meu caminho.

Li a Literatura e prestei muita atenção aos depoimentos dos compa-

nheiros e assim, hoje, sinto-me muito feliz nas 24 horas do dia. Procuro esquecer aqueles anos vazios.

Estou serena, embora convivendo com o adicto em recuperação, não crio expectativas, boas ou más.

Em agradecimento à Irmandade e a mim mesma, procuro ajudar aos que chegam tristes e desesperados como eu cheguei, dando-lhes uma mensagem de esperança, fé e amor.

Se recusar a ajudar a outra pessoa, estarei distante do Poder Superior.

Contribuição de uma Nar-Anon

Se você estiver disposto a se pôr de lado e deixar que a vontade de Deus se faça, estará se libertando de uma ansiedade pessoal e de um falso senso de responsabilidade.

Folheto Nar-Anon

Serenidade

Quando me pediram para escrever alguma coisa para o Boletim Informativo, meu primeiro pensamento foi que eu não tinha nada para dizer.

Depois, pensei que, talvez, eu pudesse falar a outras pessoas o mesmo que digo para algumas, nas reuniões que frequento, há algum tempo.

Quem me trouxe ao Nar-Anon (que eu não sabia que existia) foi meu familiar adicto, que começou a frequentar o NA. Pouco depois ele deixou de ir às reuniões, mas eu, desde o início, achei que aquilo poderia ser bom para mim, e persisti.

Como quase todas que chegam ao Nar-Anon, eu estava perdida, sem saber

o que fazer com aquela situação que eu não podia controlar. Como mãe de alguns filhos, eu estava acostumada a dar ordens e não precisava que alguém me sugerisse o que fazer. Quando uma pessoa de minha família me disse que eu tinha "perdido o controle", foi que percebi que jamais tinha tido o controle de tudo, como eu pensava.

Para mim, o mais importante no Nar-Anon foi ter conseguido uma serenidade que eu não imaginava poder ter. E penso que isso se deve a eu ter entendido que existem coisas que eu não posso mudar.

Peço todos os dias ao meu Poder Superior que me dê sabedoria para que eu possa saber quais são essas coisas

Neuza
Grupo Regata
Nar-Anon - RJ

Aprendendo a ser feliz

Cheguei ao Nar-Anon há muitas 24 horas e, assim como todos, cheia de angústia e desespero. Foi graças aos depoimentos que ouvi nas reuniões e a literatura, que aprendi a lidar com meu familiar adicto, mas principalmente, aprendi a lidar comigo. Embora ainda exista um longo caminho a percorrer, hoje, posso dizer que sou outra mulher. Aos poucos, um dia de cada vez, nessa Irmandade aprendo a sorrir e a ser feliz apesar de ...

Contribuição de uma Nar-Anon

Este espaço está aberto para você. O seu depoimento certamente ajudará a outros companheiros. Envie sua colaboração :

Boletim Informativo
Rua 1º. de Março, 125 / 601
Rio de Janeiro - RJ
Cep 20.155-970



12º PASSO - UM ATO DE AMOR

O Nar-Anon chega ao nordeste.

Há 12 anos, quatro mulheres, mães de filhos dependentes químicos, se reuniram para, juntas, buscarem entender a adicção e melhorarem sua qualidade de vida. Nascia naquele momento a primeira sala de Nar-Anon no Brasil, baseada nos princípios mundiais do Al-Anon.

Hoje, muitas 24 horas depois, cumprindo o ensinamento do 12º Passo, duas companheiras viajaram ao nordeste onde abriram novas salas. Essa prestação de serviço do ENSNAR, numa região tão distante, não seria possível dentro da sua atual receita, se não contasse com a acolhida dos amigos de Nar-Anon, a quem devemos profunda gratidão pelo apoio logístico e afetivo. Pessoas que possibilitaram a essas companheiras falar de Nar-Anon em suas casas, como se estivessem num escritório de serviço ou numa sala Nar-Anon.

Pela vontade do Poder Superior e pelo ato de amor destas companheiras, que passaram quase dois meses longe de suas casas, foram abertas salas em Recife, Fortaleza, João Pessoa e Natal. Foi realizado um belo trabalho de informação ao público, com mais de 40 visitas a profissionais da área de saúde, autoridades estaduais e eclesiásticas, universidades, centros comunitários e mídia local. Posteriormente, em viagem particular, outra companheira deu continuidade a esse trabalho abrindo mais duas salas em Maceió.

Enfim, familiares que sofrem com a doença da dependência química em seus lares nestas cidades, agora podem contar com o apoio da filosofia Nar-Anon que tanto conforto traz para todos nós,

O amor não pode chegar a um coração cheio de ressentimento ou medo.

Plano para progredir - Inventário do quarto passo Nar-Anon

“CARTA ABERTA A MINHA FAMÍLIA”

Eu sou um dependente de drogas. Preciso de ajuda.

NÃO resolvam meus problemas por mim. Isto somente me faz perder o respeito por vocês.

NÃO censurem, moralizem, repreendam, culpem ou discutam, se eu estou chapado ou sóbrio. Isto pode fazer vocês se sentirem bem, mas tornará a situação pior.

NÃO acreditem em minhas promessas, a natureza de minha doença me impede de cumpri-las, mesmo que eu tencione cumpri-las no momento. As promessas são meu único meio de adiar o castigo e não permitam nenhuma mudança de acordo, se um acordo é feito, fiquem firmes nele.

NÃO percam a paciência comigo. Isto destruirá vocês e a qualquer tentativa de me ajudarem. Não permitam que sua ansiedade por mim faça vocês fazerem o que eu faria por mim mesmo.

NÃO encubram ou tentem perdoar-me das conseqüências do meu uso. Isto pode diminuir a crise, mas fará minha doença piorar.

Sobretudo NÃO fujam da realidade que eu represento. A dependência de drogas torna-se pior quando eu persisto no uso.

Comecem agora a aprender, a compreender e a fazer planos para a recuperação. Procurem o NAR-ANON, Grupos que existem para ajudar dependentes de drogas.

Eu preciso de ajuda - de um médico, um psicólogo, um conselheiro, de um dependente em recuperação, que encontrou a sobriedade em Narcóticos Anônimos, e principalmente em Deus. Eu não posso ajudar a mim mesmo. Sou dependente.

A matéria deste folheto foi adaptada do “Guia para a Família”, escrito por Rev. Joseph L. Kellerman, e publicada pelos Grupos Familiares Al-Anon.