



# BOLETIM INFORMATIVO NACIONAL NAR-ANON

Boletim Informativo n.º 18 ❖ Ano 09 ❖ Outubro/Novembro/Dezembro de 2000

## SOLIDARIEDADE UM PRINCÍPIO ESPIRITUAL O PROPÓSITO DO NAR-ANON

A 5ª Tradição nos sugere estar atento ao nosso propósito único - prestar ajuda, aliviar a dor, acolher amorosamente todos que sintam suas vidas atingidas pela dependência química daqueles que amam ou com quem se relacionam. O princípio espiritual que rege esse propósito - solidariedade - é uma das muitas expressões do amor. Quando buscamos ser solidários, praticamos a compaixão, a simpatia, a empatia, a generosidade. Nos Grupos temos a oportunidade de fazer este exercício ao recebermos os que chegam sofredos, perdidos, descrentes, confusos - acolhendo-os de forma que se sintam pertencendo a este lugar, demonstrando que os queremos e valorizamos, que os entendemos.

A acolhida atenciosa, terna, gentil e calorosa é demonstrada na receptividade solidária do Grupo.

"Só é duradouro o que repete todos os dias!" Só assim podemos nos sentir respeitados, cuidados, amados, confiantes, fortalecidos para lidar de modo diferente com nossas vidas. São esses sentimentos que nutrem nosso espírito e fornecem energia para praticarmos os Passos que nos libertam.

Eles nos dão coragem para mudar e reforçam a alegria de viver. Juntos, recebemos e doamos; ouvimos e revelamos. É importante que essa atitude seja a de todos os membros presentes e não apenas a do companheiro que primeiro o recepcionou. Da mesma forma, é importante que esses comportamentos se repitam entre todos nós, a cada reunião, para que sempre sintamos presentes e queridos.



Ouvir com interesse, atenção e empatia é respeitar a história do companheiro; é buscar dentro de nós compreensão e compaixão. Ao nos revelarmos, nós nos desnudamos, nos entregamos e confiamos - oferecemos nossas experiências, nossa história. Ficamos disponíveis e receptivos. É importante informar apenas o essencial, porque um Grupo NAR-ANON é um campo mágico, onde muito se aprende sem que ninguém ensine ou aconselhe - apenas compartilhamos.

É esse exercício da solidariedade que nos conduz a um despertar e transbordar de nossa espiritualidade, de nossa capacidade de acolher e encorajar os que sofrem. Transformamo-nos, então, no talismã natural e verdadeiro de um modo de viver novo, mais gratificante, por certo muito mais feliz!

Maria T.

### COMPANHEIROS

Ao final de cada ano, comemoramos com festa a chegada do próximo ano. Desta vez, além das comemorações do ano que se inicia, festejaremos também a chegada de um novo século. Nossa Irmandade é jovem, tem apenas 16 anos no Brasil. Porém, sabemos que algumas centenas de pessoas encontraram nela um modo de viver e conviver. Agradecemos a Deus por termos sido escolhidos, entre os muitos que foram chamados. Nossa gratidão poderá ser praticada quando compreendermos que a mensagem e o amor que recebemos daqueles que nos antecederam deverão ser levados aos que ainda sofrem pelo convívio com um ente querido adicto. Acreditamos que a dedicação a esse serviço nos trará crescimento espiritual.

Vamos crescer juntos, companheiros!

Vamos levar nossa mensagem àqueles que ainda não a conhecem!

Vamos colaborar para o crescimento do NAR-ANON!!!

Maria M. Coordenadora do Comitê Executivo.



# EDITORIAL

Mais um fim de ano se aproxima. E, como sugere o livro "Coragem para Mudar", em suas últimas páginas, é hora de fazermos um balanço do que ocorreu e de tudo o que recebemos nas nossas idas aos Grupos.

Hoje, a Irmandade está com 16 anos. E, como nós, também aproveita este momento para fazer uma avaliação de tudo o que realizamos neste ano que finda e o quanto o Nar-Anon avançou. Precisamos fazer uma reflexão e mantermos o mesmo entusiasmo para recebermos aquele que chega, muitas vezes desesperado, e passarmos a ele uma mensagem de esperança, esta que temos no novo ano, no novo milênio.

No ano que se encerra, tivemos a 5ª Conferência de Serviços Gerais, o 5º Encontro Nacional, realizado em São Paulo, o 4º Seminário de Serviços Regionais, em Minas Gerais, o 1º Encontro NARATEEN, realizado em São Paulo, a 1ª Semana Nacional NARATEEN em todo o Brasil, a criação do Comitê de Área de Minas Gerais, isso sem falar dos eventos regionais realizados, principalmente pelo Comitê NARATEEN.

No novo milênio, um dado muito importante deve ser considerado. E, já que o tema da próxima Conferência sugere "diminuir as distâncias para aumentar a eficiência", a INTERNET deverá ser um grande aliado para os Grupos mais distantes que ainda não possuem Órgãos de Serviço. Para isso, nossa Home Page está sendo incrementada, para que a comunicação flua mais fácil em todo o Brasil e em toda a América Latina e para que possamos ajudar os Grupos distantes quando aparecerem dificuldades, trocando experiências com membros antigos, para evitar que ocorra o fechamento de uma sala.

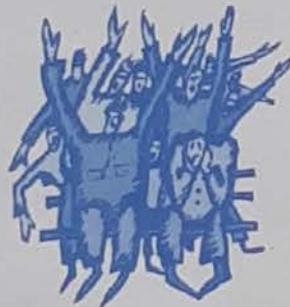
Afinal, estamos entrando no Século XXI e os grupos de mútua ajuda são considerados por muitas a religião do 3º milênio.

## MAIORIA SIMPLES E CONSCIÊNCIA DE GRUPO

Acreditamos que somente um Deus amoroso temos como autoridade em um GRUPO NAR-ANON. A sabedoria desse Poder Superior pode se manifestar na Consciência de Grupo, que deverá então decidir sobre questões de interesse comum. Contudo, para que essa sabedoria se manifeste, é necessário que os membros elaborem essa consciência grupal.

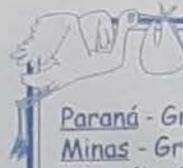
É importante buscar informação, ouvir e refletir sobre as opiniões expressadas, emitindo, com honestidade, seu modo de entender. É o exercício de compartilhar com mente aberta e flexibilidade, procurando ouvir as minorias, reformulando posições quando necessárias e, principalmente, estando sempre atentos aos princípios que norteiam o NAR-ANON.

A decisão apenas baseada numa maioria simples, pouco informada, de forma às vezes preconceituosa e apressada ou baseada somente na orientação de um membro mais antigo ou



de personalidade mais forte, certamente não refletirá a sabedoria de um Poder Superior a manifestar-se na "Consciência de Grupo".

"... a consciência de Grupo, quando devidamente informada acerca dos fatos, resultados e princípios envolvidos, era muitas vezes mais sábia do que qualquer líder, autonomia ou não".



## SAUDAÇÃO AOS NOVOS GRUPOS

Paraná - Grupo Equilíbrio (Lapa); Rondônia - Grupo Porto Velho  
Minas - Grupo Caxambu; Distrito Federal - Grupo Taguatinga  
Niterói - Grupo Rio de Janeiro  
Rio Gde do Sul - Grupo Camaquã (Camaquã) e Grupo Carazinho (Carazinho).

## VIII ENCONTRO ESTADUAL NAR-ANON/NARATEEN DO RIO GRANDE DO SUL

Foi realizado nos dias 27, 28 e 29 de outubro de 2000, na serra gaúcha, em São Francisco de Paula, Hotel Cavalinho Branco e teve como tema "AGRADECENDO O QUE ME FOI DADO...". Participaram companheiros do Rio Grande do Sul (09 companheiros do interior), Santa Catarina, São Paulo e Rio de Janeiro, num total de 112 pessoas, quando o misto da emoção, da confraternização e da espiritualidade envolveram a todos, com a certeza de que prevaleceria o trabalho em prol do crescimento do Nar-Anon/Narateen.

A força da unidade se fez presente através de muitos talentos, que se uniram e sentiram o milagre do pertencer, pois o ser humano precisa fazer parte de um todo para se sentir seguro: é a família. E ali: "a família Nar-Anon". 24 horas de serenidade.

Elody - Coordenadora do Serviço Especial de Eventos



## I ENCONTRO NARATEEN EM SÃO PAULO

O Comitê de Eventos de São Paulo organizou o 1º Encontro Narateen de São Paulo, dia 20/05/00, no dia da abertura da Semana Nacional Narateen. Esse encontro de 13 membros Narateen e 12 membros Nar-Anon aconteceu em uma chácara na cidade de Sumaré/SP, onde todos passaram um dia muito agradável com estudos, partilhas, gincana com brindes de literatura Narateen, almoço, lanche, bolo e muita brincadeira.

Ao final, todos os membros Narateen expressaram o que sentiram desse encontro que poderia ser sintetizado da seguinte forma: "Gostamos, poderia acontecer mais vezes".

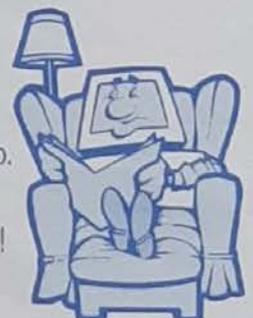
## BOLETIM INTERATIVO !

Que assuntos VOCÊ gostaria de encontrar nos próximos boletins ?

Envie-nos suas sugestões. Elas serão de grande importância para todos nós e analisadas com muito carinho.

O endereço você já sabe... está no final da página ao lado.

Estamos aguardando !



## 7ª TRADIÇÃO

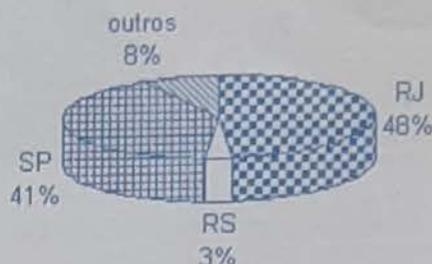


A 7ª TRADIÇÃO é a fonte de nossa auto-suficiência financeira. Através dela nos tornamos os "únicos doadores" de nossa irmandade. Assim mantemos nossa sábia independência em relação a outras fontes de recursos e nos mantemos fiéis ao nosso único propósito: prestar ajuda a familiares de adictos praticando os doze passos de NAR-ANON. Abaixo, o balanço do período de janeiro a setembro:

Rio de Janeiro RJ.....	10.114,05
São Paulo SP.....	8.450,00
Rio Grande do Sul RS....	551,97
Outros.....	1.678,79
<b>Total no período.....</b>	<b>20.794,81</b>



### ORIGEM DA SÉTIMA TRADIÇÃO.



■ RJ    □ RS    ▨ SP    ▩ outros

### ORG E AS FINANÇAS

O RG deve estar ciente da importância da 7ª Tradição e da auto-suficiência do Nar-Anon. Ele trabalha para que toda correspondência enviada pelo Comitê de Orçamento seja bem entendida pelo Grupo e se certifica de que o Grupo esteja contribuindo regularmente para os escritórios, além de fornecer ao tesoureiro os procedimentos para que as contribuições sejam encaminhadas de forma correta. (extraído do G.11 etc).

### COMITÊ DE SEMINÁRIO DE SERVIÇOS REGIONAIS

Companheiros... e o Seminário aconteceu.

Nos dias 20, 21 e 22 de outubro estivemos reunidos na cidade de Juiz de Fora para a realização do IV SSR's. Este ano coube à região sudeste realizar este evento. Foram várias reuniões preliminares, muita expectativa, mas uma grande esperança de podermos trocar nossas experiências de serviço, levando os companheiros a uma maior participação na nossa Irmandade.

O Seminário contou com a presença de 65 membros dos estados de Minas Gerais, Rio de Janeiro, São Paulo e Santa Catarina. Sentimos grande entusiasmo e boa vontade, por parte de todos. Tivemos a presença do Narateen, mostrando como realizam o seu trabalho e nossa atenção especial foi para os serviços prestados ao Grupo, à Área e ao Distrito.

Aos companheiros da cidade anfitriã os agradecemos pelo carinho com o qual fomos recebidos, aos demais participantes a certeza de que, sem a presença de vocês, não seria possível realizar o evento, à equipe que tornou possível este Seminário, a serenidade necessária para outras realizações. Só por hoje.

Nícia - Coordenadora do Comitê

**VALEU, JUIZ DE FORA!**



**A VOCÊS, NOSSA GRATIDÃO!**



### COMITÊ DE COORDENAÇÃO INTERNACIONAL

Num mundo de por mudanças rápidas, o Comitê de Coordenação Internacional se esforça por perpetuar a unidade do Nar-Anon no mundo inteiro (Ler conceito onze - pág. 196). Contamos com todos os membros do Brasil para fortalecermos o Nar-Anon da América Latina e dos países de língua portuguesa. Qualquer contato com membros ou Escritórios de Serviços de outros países serão bem-vindos (via telefone, correio ou internet). Usem a criatividade e iniciativa pessoais e participem!

Através do nosso Escritório Nacional enviamos cartas para dois membros da Colômbia. No resumo da 5ª Conferência, pág. 53, estão as correspondências recebidas da Argentina e Porto Rico. Por favor, comuniquem-nos para centralizarmos e tomarmos contato com o que está sendo feito. Vamos romper as barreiras e nos unir!

Ana Maria A. - Coordenadora do Comitê

**Boletim Informativo Nacional dos Grupos Familiares Nar-Anon / Narateen do Brasil**

Rua 1º de Março, 125/601 - Rio de Janeiro - CEP. 20.010-000 - Tels. 283-0896 e 263-6595

<http://www.domain.com.br/clientes/naranon/index.htm>

email: [naranon@domain.com.br](mailto:naranon@domain.com.br)

**COMITÊ DE LITERATURA**



O Comitê agradece a todos os que foram sensíveis ao nosso pedido e decidiram colaborar no projeto "Nar-Anon - 31 Dias". Continuamos, porém, precisando dos companheiros para nos ajudar nos seguintes temas: Desligamento, Limites, Mudanças (ou Mudando o que Posso), Oração da Serenidade, Humildade, Mente Aberta, Recuperação, Medo, Culpa e Frustração.

Os textos devem ter a forma de partilhas, ou seja, redigidos na 1ª pessoa, com número de palavras equivalente às das páginas do livro "Coragem para Mudar".

Envie para "Comitê de Literatura" - fax: XX-11-3826-3035; e-mail [itgolden@uol.com.br](mailto:itgolden@uol.com.br) ou para o SINASP (Serviço de Informação Nar-Anon do Est. De São Paulo - fax: XX-11 227 8983. 24 horas de Serenidade

Ida Rosa G. - Coordenadora do Comitê

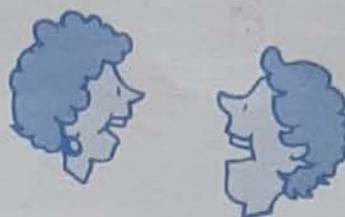
Aproveitamos a 5ª CSG para enviar a incorporação da proposta em nosso serviço, da última revisão do guia AI-Anon G - 10, de 07/99.

Analisado e discutido por nós suas conveniências, vimos que o texto e sua compreensão ficou sobremaneira enxuto e de fácil assimilação, na proposta que era INFORMAR. Há algum tempo a palavra INFORMAÇÃO era usada por todos em todas as circunstâncias, o que tornava confuso sabermos de imediato se estávamos falando do Serviço da Área, do Distrito etc, fez-se necessária esta adoção.

Assim, adiantando um pouco do que está escrito neste Guia, fica assim: S.I. - Serviço de Informação na Área (Pessoa Jurídica) e Serviço de Divulgação - que serão todas as outras atividades de informação ao público, nos seus vários níveis. Ambas trabalhando para que a Irmandade Nar-Anon seja conhecida. MÃOS A OBRA! Vamos nos habituando a usar o que a Conferência nos recomendou. Sendo assim, PAZ e SERENIDADE.

A. Erasmí - Coordenador do Comitê

**PRESTAR SERVIÇO  
SERÁ BOM MESMO ?**



Sempre ouvi dizer que prestar Serviço era bom, trazia crescimento e era prova de gratidão. Eu escutava, queria acreditar, mas me retraía. Afinal, cheguei aqui tão confusa, medrosa com um sentimento tão forte de fracasso! Logo eu... outrora com tantas certezas, tinha medo de assumir compromissos, porque minha vida já estava amarrada demais com uma família muito complicada. Tinha medo de fa-

lhar em tarefas complexas, porque eram difíceis e, mais ainda, de falhar em tarefas simples, porque, se isso acontecesse, a vergonha seria muito maior. Minha auto estima já estava tão baixa! Não poderia me expor a mais fracassos. Precisava ser aceita, respeitada. Queria preservar meu "restinho" de dignidade, não podia me arriscar.

Com o tempo, o amor e aceitação do grupo me deram coragem para tentar, pelo menos, fazer o que já sabia ou achava mais fácil. Consegui, fiquei muito satisfeita e resolvi que iria executar sempre aquelas mesmas tarefas. Um dia de cada vez, com passinhos miúdos mas persistentes, fui caminhando encorajada e valorizada pelas companheiras, descobri, novas tarefas, novas possibilidades, novos talentos, nessa nova pessoa em que estava me transformando.

**COMITÊ NARATEEN**

**II SEMANA NACIONAL NARATEEN**

Pelos bons resultados da I Semana, o Comitê vai realizar a II Semana Nacional de Narateen de 20 a 26 de maio/2001. Para isso, pedimos a todos, principalmente aos grupos Narateen, que enviem sugestões de como proceder nessa semana. Estamos aguardando. Continuamos mantendo nosso plantão, às 3as. feiras, após as 14.00 horas e podemos ser contactados através dos tels (XX21) 263-6595 e 283-0896.

ABERTURA DE NOVOS GRUPOS - Continuam a ser abertos grupos Narateen por todo o Brasil e por isso parabenizamos os companheiros de Unai/MG, São João del Rei/MG, Vitória/ES, Ilhéus/BA e Belém/PA, que trabalham para a abertura de grupos nessas localidades. Atualmente somos 22 grupos no Brasil: MG (06), PA (01), RJ (07), RS (01) e SP (07).



**O RG E A DIVULGAÇÃO**

Deve ser mantida uma estreita ligação e cooperação entre o Serviço de Informação, os Distritos e os RG's. Em alguns Grupos, a experiência tem sido positiva quando o RG Suplente se encarrega desse serviço. (G 11 - Para repres. de Grupo).

**T  
E  
E  
N**

**O RG E O NARATEEN**

O RG informa aos membros do Grupo sobre a necessidade do apadrinhamento Narateen (extraído do G 11).

**SOLICITAÇÃO DE ASSINATURA ANUAL - VALOR R\$ 5,00**

Desejo receber \_\_\_\_\_ assinatura(s) do BOLETIM INFORMATIVO NACIONAL DOS GRUPOS FAMILIARES NAR-ANON/NARATEEN DO BRASIL. Para tanto, estou enviando cheque em nome do ENSNAR.

Nome: \_\_\_\_\_ DATA \_\_\_\_\_

Endereço: \_\_\_\_\_ CEP \_\_\_\_\_