



# BOLETIM INFORMATIVO NACIONAL

## NAR-ANON

Boletim Informativo n.º 25 ❖ Ano 11 ❖ Julho/Agosto/Setembro de 2002

### Gratidão

Desde criança ensinaram-me que devemos sempre agradecer mas, na verdade, eu cresci e fiquei adulta ouvindo eternas reclamações sobre injustiças, maldades, falta de recursos, de oportunidades, dificuldades de vida, desilusões... Entendo agora que me habituei a estar com a atenção constantemente concentrada na escassez, na carência, no abandono, na desvalia. Contabilizava habitualmente o que estava faltando à minha vida. Por conta disso senti-me tantas e tantas vezes frustrada, magoada, invejosa, revoltada ou “conformada” (mas com um raiva surda e escondida). Houve ocasiões em que fui confrontada com algo terrível acontecido a outras pessoas. Assustada apressava-me então a agradecer por tudo aquilo não ser comigo ou com os meus. “Ah, graças a Deus! Deus é tão Bom!” A felicidade então consistia em não ser tão infeliz quanto os outros! Ainda assim, meu foco, minha medida, minha atenção e conexão era com o que faltava ou com o que ameaçava. O decorrer da vida trouxe-me situações cada vez mais desafiadoras, algumas muito dolorosas e aí, então eu chorava tudo que faltava... Era um fundo de poço: escuro, frio e aparentemente sem saída. E se assim eu via e pensava – então assim era. Tudo a reclamar – como agradecer?

Em nossa programação, plena de amor e espiritualidade me foi sugerido uma nova atitude ante a vida, um novo modo de pensar. Estou aprendendo a valorizar o que tenho, o que sou, o que posso e isto me faz trocar a sensação de escassez e incompetência pela alegria de desfrutar o que possua e pelo sentimento de poder, responsabilidade e competência com minha própria vida, só por hoje. Estou descobrindo que estar consciente e atenta a tudo de bom que me cerca, ao que me é oferecido a cada instante, a todas as minhas possibilidades me enche de energia, alegria e gratidão. Poder acolher as oportunidades que a vida me ofe-

rece, desfrutar os bons momentos e aceitar as situações dolorosas como parte de um processo de descobertas, aprendizado e libertações me faz entrar em sintonia com abundância do Universo. Faz-me sentir parte dessa abundância, desse projeto divino. Descubro que, quando estou agradecida, em contacto com toda essa graça não consigo ficar mal. Nada a reclamar – tudo a agradecer! Depende só de mim, a cada momento, escolher onde quero colocar meu pensamento e meu coração: doença ou saúde, mágoa ou aceitação, sombra ou luz, ressentimento ou gratidão.

No grupo, ao compartilhar, vou aprendendo a optar pela felicidade, pela serenidade. É o nosso despertar espiritual trazendo emoções tão doces e intensas que transbordam numa necessidade maior de agradecer – e de agir, e de participar. Quero ser a mensagem, quero ser o mensageiro, quero contribuir para possibilitar que o socorro chegue a todos que sofrem e querem ajuda. Sinto necessidade de servir: divulgando, acolhendo, compartilhando, participando da sacola da 7ª tradição. Ela possibilita que essa ação de graça, esse impulso de amor e boa vontade se materialize. É o momento em que deixamos de nos sentir pobres, doente, lamuriosos, vítimas da vida e do infortúnio para nos tornarmos responsáveis por nós mesmos e pela tarefa que nos empolga e arre pia. Ao contribuirmos, sentimo-nos mais crescidos, libertados e independentes. Reafirmamos nossa auto-suficiência e responsabilidade, mas percebemos realmente pertencendo a essa cadeia de amor em ação que é nossa Irmandade. É um instante mágico de sintonia com a fartura generosa de Deus e ficamos plenos de gratidão, somos abençoados – estamos em estado de graça.

*Maria T.*



## EDITORIAL

Crescimento... é interessante o processo de crescimento de pessoas e também das coisas. O NAR-ANON depois da formação dos escritórios de Serviços não para de crescer. A cada mês, a cada dia é possível constatar como ampliamos nossos horizontes e levamos a mensagem a cada vez mais longínquos recantos deste nosso imenso país. Ainda não existem Escritórios de Serviços em todas as Áreas, porém o ritmo do crescimento é de tal monta, que chega-se a conclusão que em pouco tempo teremos o Serviço de Informação e os Comitês de Área funcionando a pleno vapor. Hoje estão estruturados apenas Rio de Janeiro, São Paulo e Rio Grande do Sul, mas, Bahia já possui um Comitê Provisório e Minas Gerais são as mais promissoras áreas a serem organizadas segundo as normas de nossos manuais. A realização, a partir de 1997, dos Seminários de Serviços Regionais (SSRs), organizados pelo Comitê SSRs do ENSNAR, com a participação efetiva dos membros das áreas onde eles ocorreram, trouxeram para estas regiões uma conscientização de que precisamos nos organizar para estarmos capacitados a levar a mensagem do NAR-ANON, a quem sofre, por todo o Brasil. Os Seminários



### SAUDAÇÃO AOS NOVOS GRUPOS

<u>Minas Gerais</u>	- Grupo Campestre (Campestre).
<u>Paraná</u>	- Grupo Bom Jesus (Curitiba).
<u>Santa Catarina</u>	- Grupo Blumenau (Blumenau).
<u>Rio de Janeiro</u>	- Grupo Caminhar (Vila Kosmos).
<u>Rio Grande do Sul</u>	- Grupo Luz e Amor (Stª Cruz do Sul).

que começaram pela Região Sudeste (Rio de Janeiro), Região Sul (Rio Grande do Sul), Região Nordeste (Bahia), Região Sudeste (Minas Gerais), Região Sul (Santa Catarina) e Região Nordeste (Ceará), propiciaram os membros uma melhor aceitação da importância do Serviço, na solidificação da Irmandade como um todo. Paralelamente, porém, com outro objetivo os Encontros Nacionais e, a partir deles, os Encontros das Áreas, os Mini-Encontros etc vão sedimentando o crescimento como ponto fundamental no NAR-ANON, trazendo união e amizade. Outro fato relevante para incentivar o crescimento é o Boletim Nacional, que nos dá a certeza da certeza da maturidade da nossa querida Irmandade. Só por hoje!

## EVENTOS DAS ÁREAS

### Falando sobre o Narateen

**F**oi emocionante o 3º ENCONTRO NARATEEN da ÁREA DO RIO DE JANEIRO que se realizou no dia 22 de setembro, em Volta Redonda. Tudo preparado com muito carinho e amor. Do Rio partiram 3 VANS com os participantes da capital. Ao todo estiveram presentes 27 NARATEENS e 72 NAR-ANONS. Através de lindas e significativas histórias, as mensagens sobre os PASSOS foram passadas e emocionaram a todos. Em toda a preparação do Evento um Poder Superior esteve muito atuante, inclusive no dia da viagem em direção a Volta Redonda quando o tempo frio e chuvoso esteve bom na hora da partida da caravana e ao seu regresso a casa sendo que antes e depois disto a chuva caiu sobre o Rio. Desde as palestras apropriadas e de fácil compreensão pelos jovens até os trabalhos em grupo, experiências de membros NARATEENS

e a dinâmica "TROCA DE SEGREDOS", tudo chamou a atenção pelo carinho e alegria com que foram apresentados. Após a Gincana com o "Show do Bombom" houve o encerramento com a comemoração do aniversário de uma das madrinhas do grupo NARATEEN Aliança Jovem, do Rio, com direito a bolo de chocolate, velinhas de estrelinhas acesas por todos e entrega de presente e cartão. Interessante é que após toda essa atividade estávamos tão felizes que nem o cansaço próprio dessas ocasiões se manifestou. Foi agradável, apesar da neblina na serra e da chuva fininha. Obrigada a todos que cooperaram, direta ou indiretamente, para a realização desse Evento.

Rita Lúcia – Coordenadora do serviço especial NARATEEN da Área Rio de Janeiro.



## 7ª TRADIÇÃO



Prezados Companheiros (as),

A partir deste Boletim, será apresentado o Demonstrativo do resumo das Receitas e Despesas do ENSNAR

### ENSNAR

#### Resumo das Receitas/Despesas Jan/Jun 2002

RECEITAS		DESPESAS	
	19.893,99		26.776,87
Sacolas 7ª Tradição	9.691,69	Administrativas	19.192,94
Sacolas Quadrimestrais	2.589,10	Divulgação	1.420,33
Contribuições Avulsas	1.657,20	Conferência	5.201,30
Outras Receitas	5.956,00	Curadores	962,30
<b>ORIGENS</b>		<b>MOVIMENTO C/LITERATURA</b>	
	7ª TRAD.	QUADRIM.	
Rio de Janeiro	5.929,44	675,65	Estoque Inicial
São Paulo	3.000,00	368,85	Compras
R.G.do Sul	521,00	35,00	Vendas Brutas
Outros Estados	241,25	1.509,60	Despesas c/Remessas
<b>TOTAIS</b>	<b>9.691,69</b>	<b>2.589,10</b>	(326,55)

Gostaríamos de ressaltar a importância da comunicação ao ENSNAR dos depósitos efetuados nas contas do Banco Itaú e Bradesco, informando qual o seu destino (7ª Tradição, sacola quadrimestral ou literatura). Outro ponto fundamental é que esta comunicação ocorra até o **fechamento contábil do ENSNAR** que acontece no **terceiro dia útil do mês seguinte ao do depósito**. Todos os depósitos não informados até esta data limite, são contabilizados como depósitos não identificados, ocasionando vários transtornos administrativos.

Colocamos a disposição de todos os grupos e membros os seguintes meios de comunicação: contato telefônico e fax (21 2263-65-95), pela internet através do nosso e-mail [naranon@naranon.org.br](mailto:naranon@naranon.org.br) ou por carta simples endereçada ao ENSNAR (Comitê de Orçamento). Por fim, esperamos a compreensão de todos os companheiros no sentido de melhorarmos cada vez mais nossa eficiência e transparência.

Sinceramente,

**JORGE B.**

**Coordenador do Comitê de Orçamento  
ENSNAR**

## A Busca

Interessante! Como é importante estarmos vestidos da nossa serenidade, para estarmos receptivos a percebermos os "sinais".

Nestas poucas primaveras de Nar-Anon, tenho percebido com mais intensidade a importância da afirmativa acima. Já ouvimos de vários membros, e consta na nossa literatura, o programa como um modo de vida.

Os sinais aparecem em uma forma intuitiva, um pressentimento e as intenções se manifestam na forma de desejo, sendo assim ao praticarmos os instrumentos da divulgação estaremos criando alicerces para a nossa recuperação. É uma viagem de interiorização, melhor é aproveitarmos estes instrumentos, que o Nar-Anon nos oferece. E afirmo, tudo o que mais vier, transpirará energias positivas e por maior que seja a dificuldade, surgirá sempre uma porta aberta de ajuda.

Comitê de Divulgação  
Erasmí A. A.

### ANONIMATO FORA DO NAR-ANON

Quando falar ou escrever como membro do Nar-Anon/Narateen, a nível de imprensa, rádio, TV ou filmes, somente os primeiros nomes ou pseudônimos são usados. Em fotografias para publicação ou aparições em TV, as fisionomias não devem ser reconhecíveis. Isso pode ser conseguido, colocando-se de costas para a câmera ou escurecendo partes do rosto, de alguma maneira. Entretanto, é importante fazer o Nar-Anon conhecido através de nosso trabalho de informação ao público, por profissionais que têm contato com familiares que ainda estão sofrendo por causa dos efeitos da adicção. Nesses contatos, evidentemente, é necessário que os membros do Nar-Anon/Narateen dêem os seus nomes completos a médicos, orientadores espirituais, pessoal de escola ou indústria que estejam interessados.

*Extraído de Coletânea de Normas/Diretrizes Nar-Anon/Narateen (pág. 9)*

### Boletim Informativo Nacional dos Grupos Familiares Nar-Anon do Brasil

Rua 1ª de Março, 125/801 - Rio de Janeiro - CEP. 20.010-000 - Tels. (21) 2283-0896 e 2263-6595

<http://www.naranon.org.br>

e-mail: [naranon@naranon.org.br](mailto:naranon@naranon.org.br)



## OS TRÊS INIMIGOS MORTAIS \*

1º - O primeiro é o debate de qualquer DENOMINAÇÃO RELIGIOSA.



2º - O segundo inimigo mortal é a MALEDICÊNCIA. (FOFOCA)



3º - A terceira força destrutiva é a DITADURA.



\* Idéia adaptada do informativo "Jornalzinho Nar-Anon - RS - nº3" - Livreto azul Nar-Anon.

### SOLICITAÇÃO DE ASSINATURA ANUAL - VALOR R\$ 6,00

Data \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_.

Inicial

Renovação

Desejo receber o **BOLETIM INFORMATIVO NACIONAL DOS GRUPOS FAMILIARES NAR-ANON DO BRASIL**.  
Para tanto, estou enviando cheque em nome do ENSNAR.

Nome: \_\_\_\_\_ Endereço: \_\_\_\_\_

Bairro: \_\_\_\_\_ Cidade: \_\_\_\_\_

CEP: \_\_\_\_\_