



# BOLETIM INFORMATIVO NACIONAL NAR-ANON

Boletim Informativo n.º 51 ❖ Ano 18 ❖ janeiro/fevereiro/março de 2009

## A autonomia de Grupo

Dia desses, me vi junto com um grupo de companheiros do Nar-Anon discutindo a importância da autonomia do Grupo, quando nos esmeramos em tornar nossas reuniões mais atraentes, com o foco em praticar nosso propósito primordial, qual seja o de “prestar ajuda a parentes e amigos de adictos”.

Nossa conclusão, muito alinhada com a nossa Tradição Quatro, foi a de que os princípios espirituais que nos norteiam na nossa busca de autonomia e liberdade são os de mente aberta, independência, unidade, equilíbrio, sempre misturados com muito amor, anonimato, honestidade e responsabilidade, como é comum a todas as Tradições. Por isso dizíamos: “Cada Grupo deve ser autônomo...”!

Puxa vida! Tudo isso? Pois é, ouvi de um companheiro que “tudo podemos, para tornar nossos Grupos mais atraentes, para que nossa recuperação tenha um espaço mais confortável, amoroso, descontraído e espiritualizado; desde que...”. Esse “desde que” é muito importante e é a essência da segunda metade da Tradição: “exceto em assuntos que afetem um outro Grupo, o Nar-Anon ou o NA como um todo”.

É nesse ponto que a responsabilidade nos cobra sabedoria, mente aberta, amor e equilíbrio, para que respeitemos o bem comum. Tudo podemos fazer em nossos Grupos, desde que não estejamos a quebrar a unidade do Distrito, da Área, da Região, do Nar-Anon como um todo, e mesmo do NA. Aprendemos que nossa irmandade é mundial, e que as Doze Tradições é uma das ferramentas que nos ajudam a praticar nosso programa em qualquer lugar que estejamos, com um mínimo de compatibilidade.

A autonomia no formato e na condução de nossas reuniões nos protege da uniformidade que enrijece e empobrece o Grupo, ensejando-nos a tornar nossas reuniões mais atraentes aos membros que as frequentam e nos dá a liberdade para que encontremos formas particulares de transmitir a mensagem Nar-Anon à comunidade na qual estejamos inseridos. Nossas Tradições, que contêm os princípios espirituais, orientam, encorajam e nos possibilitam experimentar, errar e acertar. Pode parecer estranho, mas não ter leis, regras e hierarquia é o que nos salva do triste destino que o autoritarismo e a luta por prestígio e poder reservam aos grupos que se deixam dominar por eles.

Exercer a liberdade com responsabilidade ajuda cada um de nós a crescer, resguardando, ao mesmo tempo, a unidade do Nar-Anon. Mas a preservação dessa unidade jamais deve ser pretexto para que atitudes autoritárias, pré-julgamentos ou jogos de poder, nos atinjam sobre a forma de censura ou de punição. Em nome do amor, muitos já vivenciamos esta incoerência em nossa vida familiar e sabemos bem que isto só traz dor, distanciamento e confusão. Quando um Grupo, usando sua autonomia, age contrariamente às Tradições, companheiros mais experientes ou estruturas de serviço, podem, delicadamente, lembrá-lo do nosso propósito primordial. Mas nunca controlá-lo ou puni-lo: ninguém, em nome do Nar-Anon, tem autoridade para isso. Os propósitos do Nar-Anon como um todo, devem sempre ter prioridade sobre os interesses de qualquer Grupo.

Concluindo, autonomia de Grupo é um princípio espiritual, assim como unidade, responsabilidade, equilíbrio e amor!

## EDITORIAL

Estamos chegando à reta final para a realização de nossa XIV Conferência de Serviços Gerais. O planejamento e trabalho necessários para que este importante evento de serviço seja realizado vem sendo desenvolvido, nos últimos meses, pelos servidores que participam como membros do Comitê de Conferência desenvolvendo as atividades previstas no calendário anual de rotina constante do Guia deste Comitê. O tema "Serviço: Recuperação e Crescimento" escolhido para esta CSG nos incentiva à Prestação de Serviço.

Focando nesta atividade tão importante para a nossa auto-suficiência, queremos lembrar a necessidade de encontrar membros dispostos a se doar como servidores voluntários para, com sua boa vontade e dentro de suas habilidades, colaborar prestando serviço ao Nar-Anon como um todo. Nesta busca por colaboradores publicamos nesta edição o apelo do Comitê de Literatura, buscando por companheiros que queiram ajudar enviando textos que possam ser utilizados na elaboração de novas peças de literatura de recuperação. Abordamos também matéria sobre a "Autonomia de Grupo" lembrando que no exercício desta autonomia deverá sempre ser observado o que sugere a Tradição Quatro e que "Os propósitos do Nar-Anon como um todo, devem sempre ter prioridade."

### NOSSO SITE



Tudo começa quando digitamos [www.naranon.org.br](http://www.naranon.org.br) é o "Abre-te Sésamo" do Nar-Anon na Internet. Diante de nós, prontinhos ou esperando serem melhorados, recursos extraordinários para darmos o Passo Doze. Mais do que levar a mensagem, a tela aberta do nosso computador pode nos conduzir a outras tantas informações importantes para aplicação e uso dos membros da irmandade, em especial os seus servidores de confiança.

Acontece que, modéstia à parte, o mais completo site Nar-Anon não é visitado regularmente pelos seus membros. São, em média, menos de 50 visitas de membros por mês, enquanto as pessoas de fora chegam a 1.200.

Estando num país onde a tecnologia da informação é utilizada corriqueiramente pelo governo (aposentadorias, seguro desemprego, bolsa família, etc.), é de se pensar que ainda não descobrimos as maravilhas do nosso site, até porque no Nar-Anon nos propomos a abrir mentes e corações, de modo a servirmos melhor ao maior número de pessoas necessitadas.

Nosso site precisa melhorar e cada servidor pode contribuir para a sua constante atualização. Ligue para o ENSNAR ou remeta e-mail para [naranon@naranon.org.br](mailto:naranon@naranon.org.br) com a sua contribuição, dúvida, pedido de esclarecimento, etc. Caso queira receber e-mail diário com a Reflexão do dia do CEFE, escreva para [comiteinformatica@naranon.org.br](mailto:comiteinformatica@naranon.org.br).

J. Alberto - Coord. do Comitê de Informática

### XIII Seminário de Serviços Regional 2009 - Região Sudeste

O Seminário de Serviço Regional (SSR) é uma das formas de facilitar a comunicação entre o Escritório Nacional (ENSNAR) e os membros ativos em serviço de uma região, através de troca de experiências, bem como, de atrair novos membros para o serviço, não afetando, de forma alguma, a Conferência de Serviços Gerais (CSG). Os seus participantes não tomarão decisões, mas as idéias expressadas nesses seminários poderão ser apresentadas na CSG.

*Extraído do Guia 16 GE*

Para você que reside na **Região Sudeste** e presta ou deseja prestar serviço :

- ao Grupo que você frequenta,
- ao Distrito
- à Área
- ou ao Serviço de Informação e Divulgação

O ENSNAR, através do Comitê de Seminários, realizará nos dias 19, 20 e 21 de junho, em Belo-Horizonte / MG o **XIII Seminário de Serviços Regionais**.

Este evento proporcionará aos participantes uma oportunidade de, em ambiente fraterno, através de troca de experiências, adquirir e aprofundar conhecimentos necessários à prestação de serviço "Ao Estilo Nar-Anon".

Esperamos contar com a presença de companheiros do Rio de Janeiro, Espírito Santo, São Paulo e Minas Gerais.

Esperamos por você !

Maiores informações no site [www.naranon.org.br](http://www.naranon.org.br) ou com Maria Aparecida telefone (31) 3223-59685, e-mail: [cicitar@gmail.com](mailto:cicitar@gmail.com).

#### EVENTOS DAS ÁREAS

Venha participar de bons momentos

##### XIII Encontro Estadual Nar-Anon do Rio Grande do Sul

Dias 23, 24 e 25 de outubro de 2009

Local: Casa de Retiros Janz Team Brasil- Gramado/RS

Inscrições abertas.

Informações pelo telefone (51) 3493 1643.

##### V Encontro Estadual Nar-Anon do Rio de Janeiro

Dias 25, 26 e 27 de setembro de 2009.

Local: Hotel Fazenda Montanhês - Miguel Pereira/RJ

Inscrições abertas.

Informações com: Sônia (21) 3346-9476 ou (21) 9745-5568 ou Firmino (21) 9651-3857

##### X Encontro Estadual Nar-Anon de São Paulo

Dias 28, 29 e 30 de agosto de 2009.

Local: Grande Hotel Panorama - Águas de Lindóia/SP.

Inscrições encerradas.

Informações sobre inscrições, preços, formas de pagamento e local (fotos), entre no site: [www.naranon.org.br](http://www.naranon.org.br) e clique em notícias

SÉTIMA TRADIÇÃO



Resumo das Receitas/Despesas Out/Nov/Dez - 2008

RECEITAS		DESPESAS	
	41.377,00		18.758,74
Sacolas Sete e Tradição	6.896,30	CP/Personais	3.600,45
Sacolas Quadrimestrais	5.026,06	Administrativas	8.664,77
Contribuições Avulsas	2.031,00	Diários e Boletim	1.406,50
Dueto Receitas	17.190,02	Reservas de Curadores	1.507,00
Reserva Líquida de Literário	10.215,62	Conferência de Serviços Gerais	3.475,10
ORIGEM		MOVIMENTO O LITERATURA (Abr/Mai/Jun/09)	
Bahia	240,00	Estoque Inicial	24.002,50
R.O. do Sul	730,90	Vendas Brutas	26.154,48
Pão de Açúcar	800,00	Custo de Literatura vendida	14.889,18
São Paulo	2.100,00	Despesa expedição de literatura	1.044,70
AM-CC-DF-ES-MG-PR-PA-PJ-SC	1.700,53	Estoque Final	13.697,01
Encontro Nacional	1.521,80		

NOTAS DO TESOUREIRO

No último trimestre de 2008 foi realizado em São Paulo o IX Encontro Nacional. Além da alegria e do enriquecimento espiritual proporcionado aos participantes através das palestras e do compartilhamento com companheiros de vários estados, o evento propiciou uma boa receita. A receita de literatura ainda refletiu impacto positivo da distribuição do CEFE. Assim pudemos encerrar o trimestre e o ano com superávit.

O esforço de racionalização e controle dos custos no ENSNAR é permanente, portanto continuará em 2009. Além de continuar a exercer nossas funções habituais, precisamos também, continuar a apoiar projetos em andamento e novos projetos desenvolvidos pelos comitês. Lembramos aos companheiros, que para isto esperamos também poder contar com a ajuda da Irmandade através da Tradição Sete e das Sacolas Quadrimestrais.

Nora – Tesoureira do ENSNAR



XIV Conferência de Serviços Gerais.

São Conrado - Rio de Janeiro - RJ  
Dias 24, 25 e 26 de abril de 2009.

O Comitê de Conferência agradece a todos que colaboraram enviando propostas e sugestões de logotipo, dá as boas vindas aos companheiros que participarão desta importante reunião de serviço e compartilha as sábias palavras de Bill:

“Para que haja uma verdadeira irmandade três condições são necessárias: 1 – existir um ideal comum que envolva uma completa libertação do egoísmo e da divisão; 2 – Existir o propósito de uma tarefa comum, suficientemente grande para se captar a imaginação e dar expressão à lealdade; 3 – existir o companheirismo, o sentimento de unidade, que é quando descobrimos a alegria e a força de pertencer a uma sociedade como um todo e nos comprometer num serviço de tempo integral. Sob tais condições, toda força vital que geralmente desperdiçamos com nossa vaidade e inveja, fica disponível para uso criativo”.

Eliete Maria - Coord. do Comitê



SAUDAÇÃO AOS NOVOS GRUPOS

Santa Catarina - Grupo Páginas da Vida (Sombrio)



LINHA DIRETA COM O COMITÊ DE NORMAS E DIRETRIZES

As Tradições fazem parte do segundo Legado de AA e foram adotadas por nós ao acreditarmos que suas sugestões, que não são regras nem obrigações, têm o propósito de nos manter em **unidade** ao orientar os Grupos em seus relacionamentos e recomendar atitudes de Grupo em relação à liderança, dinheiro, propriedade, anonimato, autonomia, requisito para serem membro e relações públicas.

As Tradições mantêm o Nar-Anon unido, trabalhando para um propósito comum. Elas nos orientam na tomada de decisões e a encontrar a solução que seja melhor para todos. Nossas tradições vêm das experiências de membros e Grupos e proporcionam orientação para a maioria dos problemas e dificuldades dos Grupos, assim como podem ser aplicadas a muitas situações pessoais e de família.

Quando um membro ou um Grupo procura obter respostas sobre qualquer assunto relativo ao Nar-Anon, é de responsabilidade do Comitê de Normas e Diretrizes fazer esclarecimentos que interpretem e reforcem as Tradições. Isto tem norteado o trabalho deste Comitê em suas reuniões e no atendimento às consultas que chegam através do “Fale conosco” do site do Nar-Anon, e-mail, carta, etc.

Muitas das questões que nos foram encaminhadas dizem respeito à **autonomia** do Grupo, princípio contido na Tradição Quatro.

Precisamos estar sempre atentos às Tradições e sua aplicação nas mais diversas situações. Para que isso possa acontecer faz-se necessário o estudo pelos membros e Grupos. Provavelmente o Grupo se tornará mais consciente dos princípios do Nar-Anon através da discussão e a grande maioria dos problemas poderão ser resolvidos e haverá benefício para o Grupo e seus membros em particular.

Zuleica - Coord. do Comitê de Normas e Diretrizes

Boletim Informativo Nacional dos Grupos Familiares Nar-Anon do Brasil

Rua 1º 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)

## O Comitê de Literatura precisa da sua ajuda!

Como é que eu posso ajudar o Comitê de Literatura a ajudar na minha recuperação?

De duas maneiras:

- 1) Enviando minhas partilhas de experiências, forças e esperança por escrito; ou
- 2) Prestando serviço no próprio Comitê.

O Comitê de Literatura do ENSNAR continua no seu trabalho de produzir novas peças de literatura e, ao mesmo tempo, revisa e atualiza as existentes.

Atualmente o Comitê está preparando livros sobre as Doze Tradições, Lemas e os Doze Conceitos, além de uns tantos Folhetos. Está a procura de membros que queiram compartilhar histórias de recuperação que se relacionem com as Tradições, os Conceitos e os Lemas, de membros Nar-Anon que lutam no seu dia a dia para conseguir transformar angústia, exaustão, culpa, medo, ressentimento, desespero e falta de esperança em fé, alegria, paz, harmonia, serenidade, equilíbrio e libertação da culpa.

Se você está inspirado e quer compartilhar sua experiência, força e esperança por escrito, gostaríamos de receber suas histórias. A lista de perguntas a seguir foi desenvolvida para membros que desejam escrever e submeter textos para possível publicação como literatura Nar-Anon. Ela inclui alguns tópicos sugeridos para que você possa começar o seu trabalho; todavia, você é encorajado a escrever de acordo com as suas experiências. Por favor, tenha em mente que seus textos devem ser concebidos tendo em conta uma Tradição, um Conceito ou um Lema em particular. Deixaremos os Passos para um momento futuro.

Uma descrição das circunstâncias que o trouxeram ao Nar-Anon e a condição na qual você se encontrava quando chegou às nossas salas, vai servir para enfatizar o quanto o Nar-Anon tem feito por você. Se você usar alguma frase de fonte externa, por favor, identifique o autor, o título do livro em que ela é usada, data e página.

### As Doze Tradições e os Doze Conceitos

- O que você aprendeu estudando ou praticando uma Tradição ou um Conceito em particular?
- Porque essa Tradição ou Conceito é importante para o Nar-Anon?
- Porque essa Tradição ou Conceito é importante para a sua recuperação?
- Como as Doze Tradições e os Doze Conceitos podem ser usadas para ajudar na estrutura familiar?
- Como você tem tentado seguir uma Tradição ou um Conceito em particular na sua vida, no seu Grupo, Área ou Região?
- O propósito primordial do Nar-Anon é ajudar a familiares e amigos de adictos – como isso afetou suas ações com respeito a uma Tradição ou um Conceito em particular?
- Como você tem praticado essa Tradição ou Conceito? O que significa "praticar"?
- Como você tem ajudado o seu Grupo pelo seu entendimento dessa Tradição ou Conceito?
- Como seu voluntariado ao serviço tem ajudado a sua recuperação?
- Algumas vezes um Grupo pode decidir coisas com as quais você não concorda – como você lida com isso?
- Como uma Tradição ou um Conceito em particular tem lhe ajudado ou ao seu grupo a ficar em contato com a Área, o Escritório Nacional e o Mundial?
- Como uma Tradição em particular tem lhe ajudado a atrair ao invés de promover?
- O que significa para você colocar "os princípios acima das personalidades"?

Por outro lado, se você tem habilidade nas tarefas de redação, tradução (principalmente de inglês para português), revisão, formatação e produção gráfica das peças de literatura e quer prestar serviço ao Comitê de Literatura, você é mais do que bem vinda(o). Os voluntários(as) são convidados a colaborar em uma ou mais das atividades mencionadas, de acordo com as suas aptidões, e para se engajarem nesse serviço à irmandade, podem entrar em contato com o Comitê, através do email ([comiteliteratura@naranon.org.br](mailto:comiteliteratura@naranon.org.br)), pelo telefone (11) 9960-0033 ou (11) 3815-5821 (falando com Antonio Lapa). São convidados todos os membros de boa vontade de Grupos Nar-Anon de qualquer cidade! A colaboração poderá ser prestada de suas residências e as reuniões serão remotas, via telefone, email ou outros recursos de comunicação.

Apenas para enviar suas partilhas escritas, use o email do Comitê de Literatura ([comiteliteratura@naranon.org.br](mailto:comiteliteratura@naranon.org.br)) ou as envie por correio ou fax para o escritório do ENSNAR, aos cuidados desse Comitê. Não deixe de informar seus contatos, pois necessitamos de sua autorização por escrito para edição e publicação de suas partilhas, caso elas se adaptem a alguma literatura Nar-Anon em elaboração. Tenha em mente que todas as partilhas, que forem publicadas, o serão de forma anônima.

Lapa - Coord. Comitê de Literatura

### SOLICITAÇÃO DE ASSINATURA ANUAL - VALOR R\$ 15,00

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: \_\_\_\_\_