



ОБРЕСТИ ДУШЕВНЫЙ ПОКОЙ

ИНФОРМАЦИОННЫЙ БЮЛЛЕТЕНЬ СЕМЕЙНЫХ ГРУПП НАР-АНОНА

Новости от В.С.П.!



Пандемия дала нам возможность показать себя наглядно. Нар-Анон – это Всемирное содружество с виртуальными собраниями, семинарами и конвенциями. Группы, Областные/Региональные комитеты и Национальные центры обслуживания активизировались и нашли способ выполнить нашу миссию. Некоторые группы возвращаются к очным собраниям, мы сталкиваемся с новыми задачами, такими как проведение собраний в смешанном формате.

Наше содружество растет с открытием виртуальных групп.

С другой стороны, нашему единству, вероятно, угрожает опасность, связанная с использованием литературы, одобренной конференцией, на онлайн-собраниях, о чем

писал бюллетень ВСП № 3. Статья бюллетеня основана на сведениях из РВО в отношении авторских прав и товарных знаков. В нашем личном выздоровлении мы учимся принятию, чтобы не конфликтовать. Первая Традиция гласит: *«Наше общее благополучие должно стоять на первом месте, личное выздоровление зависит от единства»*. Создается впечатление, что в отличие от Первой Традиции, бюллетень поддерживает разобщенность, разделяя на «их» и «нас» – ВСП надеется, что обсуждение за круглым столом вернет Единство, и мы все будем служить вместе, выполняя нашу задачу: *«Всем людям в мире, на кого повлияла наркомания близкого человека, мы несем послание надежды»*.

КРУГЛЫЙ СТОЛ СОВЕТА ПОПЕЧИТЕЛЕЙ

Исполнительный
Директор
Председатель
Зам. Председателя
Казначей
Член СП
Член СП
Член СП
Член СП

Кэти К. – Калифорния
Мари Т. – Джорджия
Шерил Л. – Флорида
Мари Елен Ж. – Джорджия
Луис Р. – Теннесси
Венди А. – Калифорния
Джон Мс. – Огайо
Шанет Р. – Южная Африка

Совет попечителей запланировал круглый стол на 26 сентября 2021 г. с 12:00 до 14:00 по восточноевропейскому времени. Совет попечителей обсудит текущие дела цикла 2021-2023 гг. между конференциями и состав ВКО.

Это возможность для членов содружества встретиться с членами Совета попечителей, исполнительным директором и узнать об их обязанностях и обязанностях ВКО. Запланирован раздел «Вопрос – ответ».

>> В ЭТОМ ВЫПУСКЕ:



Новости от ВСП.....	1
Круглый стол ВСП.....	1
Члены Нар-Анона делятся. Произнеси эти слова.....	2
Члены Нар-Анона делятся. Главная духовная цель.....	2
Члены Нар-Анона делятся. Спасательная шляпка.....	3
Члены Нар-Анона делятся. Дар смеха.....	4
Члены Нар-Анона делятся. История Джона.....	5
Члены Нар-Анона делятся. Больше не одинока.....	5
Члены Нар-Анона делятся. Что такое перекрестные разговоры?.....	6
Члены Нар-Анона делятся. Письмо о возмещении ущерба себе.....	6
Уголок Всемирного комитета обслуживания.....	7
События.....	8
Что можно купить за доллар в Нар-Аноне?.....	8

>> КРУГЛЫЙ СТОЛ СП



Дата: 26 сентября 2021 г.
Время: 12:00 EDT
11:00 CDT, 10:00 MDT, 9:00 PDT
Идентификатор
собрания: 8939 436 605
Код доступа: 928154
Лимит: 300 участников, регистрация не требуется



ПРОИЗНЕСИ ЭТИ СЛОВА

Наша Седьмая Традиция гласит, что каждая группа должна полностью опираться на собственные силы.

Бесценным компонентом выздоровления является то, что мы имеем возможность вносить свой вклад на каждом собрании. Цена высока, но она не имеет ничего общего с деньгами. Самый важный вклад, который мы можем внести - это поделиться своим опытом, силой и надеждой с другими – о борьбе и красоте, о мучениях от того, что не можешь отпустить ситуацию, и облегчении от того, что позволил событиям идти своим чередом, полагаясь на Бога.

Ранимая – вот слово, которое описывает меня, когда я училась открыто делиться своими эмоциями, опытом, усилиями.

Я должна просто сделать выбор: говорить правду и делиться тем, как выздоровление меняет меня. Как я учусь передавать Высшей Силе все то, что мне не принадлежит? Это процесс. Моя история – это просто моя реальность, это просто раскрытие моей жизни, моих обстоятельств. Все полезно, ничего не напрасно. Когда я делюсь, я щедра. Я совершала ошибки, я говорила и делала такое, о чем жалею. Но научилась ли я в результате поступать по-другому или быть другой? Вот в чем выздоровление. Мы приносим дар, когда делимся этими уроками, мы произносим эти слова. Видела ли я чудеса? Испытала ли я на себе прикосновения Бога? Делись надеждой

и не бойся – это произошло, это реально. Скажи правду, посея семена надежды.

Жду ли я до сих пор чуда? Учусь ли я видеть по-новому вместе с другими, с теми, которым не все равно, которые понимают? Смещается ли мой фокус, уходит ли моя одержимость? Перестала ли я «помогать» снова и снова безрезультатно? Прошла ли я долиной теней «незнания»? Как я сделала это? Что я делаю в этом месте «незнания», чтобы научиться жить, улыбаться пению птиц и удивляться закатам?

Это выздоровление. Я больше не одинока.

Скажи правду,
посей семена
надежды

Пожалуй, вот мое чудо сейчас: быть великодушной со своей жизнью и своими словами, верить в заботу Бога. Мы просто произносим слова, даже когда нам страшно, потому что может быть это как раз то, что нужно услышать другому, чтобы сделать шаг в сторону выздоровления. Я медленно, но верно, выздоравливаю, день за днем, момент за моментом, выбор за выбором. Иногда мне нужно услышать свои собственные

слова. Также мне нужно услышать правду других, даже сейчас, когда я выздоравливаю уже достаточно давно. Это то, как мы делимся мужеством быть самими собой, меняться, выздоравливать, применять эти принципы во всех наших делах. Наши истории - это дар, которым нужно открыто делиться. Моя история ни хорошая, ни плохая. Это то, что произошло. Это правдиво и честно, насколько только возможно быть честной. «Со мной так тоже было», - часто это наша общая правда. Мы не одни, мы помним и меняемся вместе. Вместе всегда лучше. Мы слышим слова друг друга, и происходит исцеление. Появляется наша Высшая Сила. Мы учимся доверять, следовать за течением нашей жизни с другими реальными людьми, с Богом и с собой. Наши жизни становятся светлее, когда появляется свет внутри нас. Сегодня я впускаю и излучаю свет, я выбрала произнести слова и оставить их заботе Бога.

ГЛАВНАЯ ДУХОВНАЯ ЦЕЛЬ

Я выздоравливаю от этой коварной семейной болезни наркомании; от помощи сверх меры, сверх усердия, заботы, контроля и угодничества. Применение Двенадцати Шагов, о котором говорится в Пятой Традиции, является источником надежды, помощи и ободрения сперва для меня и потом от меня передается остальным.

Мне была нужна эта программа, чтобы

она была моей главной духовной целью, если я собираюсь быть полезной другим. Выздоровление - это внутренняя работа, в результате которой я исцеляюсь духовно и становлюсь собой. Шаги и Традиции направляют меня быть полностью благодарной в отношениях с другими. Я узнаю свою роль во всех аспектах моей жизни, непрерывно ища руководства Бога, как я его понимаю, и

>> Только сегодня



> Только сегодня я не буду беспокоиться или брать на себя ответственность другого.

> Только сегодня я приму то, что позволяет мне обрести душевный покой, даже если у других это не получается.

моей программы. В своих действиях, как выздоравливающему человеку, мне надо исходить из своей сути.

>> [продолжение на странице 3](#)



ГЛАВНАЯ ДУХОВНАЯ ЦЕЛЬ

>> [начало на странице 2](#)

Моя главная духовная цель - связь с Богом через молитву, медитацию и работу по Шагам. На это нужно время. Мне нужно выделять самое важное во всех моих делах.

Мой душевный покой и умиротворение в программе, моя польза для других и привлекательность выздоровления зависит от моей связи с Богом. Как легко отвлечься от программы, когда вокруг столько нуждающихся в моей помощи. Я должна помнить, если я буду искать Высшую Силу, то она направит меня согласно Ее воли и даст все необходимое для ее исполнения.

В начале выздоровления я поняла, что не все, что я могу сделать - это воля Бога относительно меня. Я пришла к выводу, что для меня есть роль во всех сферах моей жизни. В Нар-Аноне моя роль - быть тем, кто выздоравливает, несет послание, делится с другими опытом, силой и надеждой в соответствии с волей Бога для меня. Выздоровление на наших собраниях - чудесный дар, которым можно делиться. Благодаря этому процессу и отношениям, которые сформировались в результате моего выздоровления, я нашла путь, как двигаться дальше по жизни. И этого

достаточно. Как я убедилась на своем собственном опыте, слишком многое может быть непосильным, и так легко снова потерять себя и начать жить по собственной воле. Воля Бога для меня, чтобы я была собой с любовью и заботой о себе.

>> **Представление статей
в информационный
бюллетень**



Пожалуйста, поделитесь своим опытом, силой и надеждой с содружеством. Присылайте статьи по адресу: newsletters@nar-anon.org. Каждая представляемая к публикации статья должна сопровождаться подписанной CopyrightReleaseForm

****Последняя дата представления статей для следующего выпуска: 22 октября 2021 года**

СПАСАТЕЛЬНАЯ ШЛЮПКА

До того, как я пришла в Нар-Анон, я барахталась в море гнева, страха, стыда и вины. Когда я пришла на свое первое собрание, я стала слушать истории, которыми делились другие. И впервые с того момента, как мы узнали, что наш сын наркоман, я почувствовала, что нахожусь в правильном месте. Меня подобрала спасательная шлюпка.

Когда мы впервые попадаем в Нар-Анон, мы чувствуем, что получили подарок. Нас затащили в спасательную шлюпку, и мы лежим там. Нам нужна помощь, и кто-то заботится о нас: дает одеяло, горячий напиток, литературу, телефон, куда можно позвонить, дает помощь, которая понятна и близка нам. Но если осмотреться в спасательной шлюпке, то можно увидеть, что кто-то гребет, кто-то раздаёт еду, кто-то планирует, куда направить лодку. Кто-то

занимается литературой, заботится о Седьмой Традиции, расставляет стулья, а также есть представитель группы по обслуживанию, который соединяет нашу лодку со всем флотом таких спасательных шлюпок.

Наша спасательная шлюпка Нар-Анона - это драгоценность. Но, как и любая лодка в море боли, отчаяния и страха, она может перевернуться в любой момент. Я надеюсь, вы нашли свое убежище в этой лодке. Но найдите минутку, чтобы осмотреться. Готовы ли вы встать на весла служения Нар-Анону? Вы можете помочь лодке двигаться дальше, собирая души тех, кто отчаянно нуждается в таком месте, где им безопасно и их понимают. Также, как гребля на настоящей лодке укрепит ваши руки, я могу обещать, что служение укрепит вас в вашем выздоровлении.

Подумайте об этом. И когда подумаете, спросите, чем вы можете быть полезными своей группе, региону, на уровне страны или всемирном уровне. Все вместе мы сможем держать эту спасательную шлюпку Нар-Анона на плаву.





ДАР СМЕХА И ВЕСЕЛЬЯ

ДОСН, 12 июня – Сегодня новый день, потому что я нашла Нар-Анон. В Нар-Аноне я научилась фокусировать внимание на себя, а не на наркомане. Мой выбор - сбросить ярмо и строить собственную жизнь, наполняя ее по возможности счастьем.

Размышление на Сегодня: Я постараюсь, чтобы в моей жизни были любовь, смех, душевный покой, мир и радость.

ДОСН, 17 апреля – Размышление на Сегодня: Благодаря надежной поддержке друзей из Нар-Анона и наставницы моя жизнь полна красоты и радости больше, чем я могла себе представить. Мне вернули чудесный дар – дар смеяться. Пока я могу веселиться и смеяться, я буду способна радоваться жизни, не боясь того, чего я не вижу.

ДОСН, 19 сентября – Я слушала членов Нар-Анона, которые делились своими историями об ужасах наркомании, и замечала, что, несмотря ни на что, они были в состоянии посмеяться и порадоваться обыденным вещам. Они получали удовлетворение, которое приносит работа по Двенадцати Шагам.

Когда я была новичком в Нар-Аноне, один из моих сыновей сказал мне: «Мама, я не могу вспомнить, когда ты в последний раз смеялась или улыбалась». И я попыталась улыбнуться. Я не шучу – мои мышцы не смогли сложиться во что-то, напоминающее улыбку. Мне определенно надо поработать над этим и натренировать мышцы, отвечающие за улыбку. Она больше напоминала странную гримасу. Повторяющиеся травмы, которые мы получаем вследствие наркомании, делают это с нами. Жизнь в беспорядке дефектов нашего характера делает это с нами. Мы можем схоронить нашу искорку, радость и чувство юмора под всем хаосом нашего сознания, пока не потеряем

способность улыбаться и громко смеяться. Мы отрезаем важную часть себя.

Когда я впервые захотела чего-то, что было у других членов Нар-Анона, так это когда увидела, как на собраниях люди смеются над собой и смеются как-то по-доброму. Они сохраняли чувство юмора и находили принятие, когда встречались лицом к лицу со своими недостатками. Они не принижали себя, не извинялись, не ненавидели себя, когда ошибались. Они признавали свои ошибки, учились на них, исправляли и двигались дальше. Они здраво смотрели на ситуацию и зачастую в процессе подшучивали над собой. Я хотела быть такой же.

Я думаю, это нормально вести себя так, как хочешь по отношению к себе и окружающим, не притворяясь и не обманываясь, а ориентируясь на то, кем я хочу быть. Это здорово стремиться к умению смеяться и улыбаться. На мой взгляд, здоровый смех соответствует тому, чего хочет от меня Высшая Сила, поскольку в этом процессе я укрепляю

Здоровый смех соответствует тому, чего хочет от меня моя Высшая Сила

отношения с ней и проявляю свое истинное я. В Нар-Аноне способность смеяться над собой является ключевой и может быть мерой того, как мы работаем по программе. Адекватный смех показывает, что мы выздоравливаем и исцеляемся от влияния наркомании и дефектов характера, которые мы развили в себе. Показывает легкость духа и приходит, когда мы работаем по программе «Двенадцать Шагов».

Недавно я слышала, как один спикер

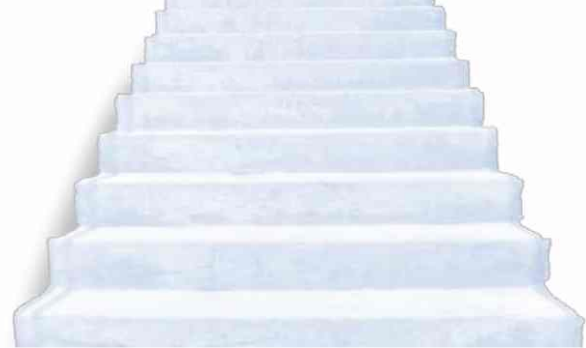


сравнил свои отношения с любимым наркоманом с игровым автоматом. Ему надоело ждать выигрыша после стольких лет, на протяжении которых он только вбрасывал туда свои четвертаки. Эта фраза попала прямо в точку и вызвала у многих из нас понимающий смех.

Исследования показывают, что смех высвобождает в нашем теле полезные вещества и положительно влияет на наше физическое и эмоциональное здоровье. Существует понятие смех понимания. Такой смех говорит: я с тобой, я понимаю, что ты имеешь в виду, я понял тебя. В нем есть доброта и признание. Смех помогает расслабиться, увидеть вещи в новом свете и наладить контакт с другими. Мой наставник сказала мне, что шаловливость и смех – это ключ к ее душевному покою. К счастью, мы много смеемся, когда проводим время вместе. Такой уровень легкости и взгляда на вещи не приходит в первый день в программе. Это часть процесса. На это нужно время, и это одно из преимуществ нашей программы. Мы МОЖЕМ вернуть себе ту, более легкую часть себя, которую думали, что уже потеряли.

Вот несколько вопросов о смехе, над которыми стоит задуматься:

- Какие были случаи, вызвавшие смех на собраниях групп Нар-Анона? Как это помогло работе по программе?
- Как вы можете больше открыться возможности смеяться в вашей жизни?
- Как вы можете поделиться своей легкостью, чувством юмора и смехом с другими?



ИСТОРИЯ ДЖОНА

Это всего лишь отрывок из истории Джона. Около двух лет он был благодарным членом Нар-Анона.

Его стыд и отчаянье стали настолько невыносимы, что он обратился к гневу и ярости, думая: «Я смогу выиграть этот бой!»

Полный нетерпения, решимости и своеволия он выступил в одиночку только для того, чтобы быть побежденным.

После почти десяти лет борьбы с наркоманией в полном одиночестве он нашел выход и больше никогда не был предоставлен самому себе.

Кто бы мог подумать, что стольким людям нужна надежда? Сейчас самое время сделать это: просто сесть, откинуться на спинку стула, расслабиться и, может быть, снять пальто.

Они говорили ему: «Продолжай ходить на собрания, ты стоишь этого». И день за днем девизы зазвучали в его голове.

Безусловная любовь была дана ему так открыто, что он подумал: «Вот это жизнь».

Поэтому он схватил свой компьютер – клик, клик, клик. Направился на

очередное собрание в zoom, чтоб не чувствовать себя таким больным.

Голубой буклет, ДОСН, «Нар-Анон 36» — что на этот раз? Он решил спросить Силу, более могущественную, чем он, подождал и получил ответ! Ух ты!

Желтая дорога, красная дорога, какую выбрать? Одна из дорог ведет к умиротворению, не ошибись.

Сосредоточься на себе, найди себе наставника, начни работать по Шагам, и ты продвинешься еще дальше.

Традиции и Концепции тоже важны, но пока делай маленькие шажочки, не откусывай больше, чем можешь прожевать.

Он услышал, как члены Нар-Анона делятся опытом: «Работай по программе так, как будто у тебя волосы на голове горят». Это может быть непросто.

Но способность смеяться и шутить, несмотря на безумие, помогла поднять ему настроение и уменьшила печаль.

Бог говорит через других членов группы, поэтому он сохранит непредвзятость и скоро тоже обретет дар спокойствия и умиротворения.

Понемногу начала появляться благодарность. Он воскликнул: «Чудо

свершилось!» И все началось прямо здесь.

Анонимность и доверие облегчают общение с теми, кто понимает и кому действительно не все равно.

Продолжайте двигаться вперед, делайте сегодня лучше, чем вчера. С Высшей Силой он движется в правильном направлении.

Обращаюсь ко всем вам, новички: Джон был там, где вы сейчас. Его история возможно несколько отличается от вашей, но незначительно.

Пройдя от чувств гнева и ярости к любви и заботе, Джон благодарит всех вас за то, что вы сейчас здесь и слушаете, как он делится опытом.

Он работает по программе, потому что он того стоит, он научился этому в Нар-Аноне. Он продолжает ходить на собрания, нести весть, и это дает ему возможность испытывать приятные чувства вновь и вновь.

Спасибо, что позволили поделиться, мне, Джону.

P.S. Он любит всех вас, особенно тех, кто изо всех сил старается полюбить себя.

БОЛЬШЕ НЕ ОДИНОКА

Я вела борьбу с наркоманией моей дочери много лет. Несмотря на поддержку нескольких друзей и членов семьи, которые участливо выслушивали меня, поддерживали и давали советы, я чувствовала себя очень одинокой, до тех пока не пришла в Нар-Анон.

Одиночество, которое я испытывала в этой битве за жизнь моей дочери, и мое собственное душевное состояние были гораздо тяжелее и мрачнее, чем все, что я когда-либо чувствовала.

Программа Нар-Анона изменила это. Я ощутила себя в безопасности. Я чувствую себя свободно, говоря о том, о чем, казалось, невозможно сказать, не боясь осуждения.

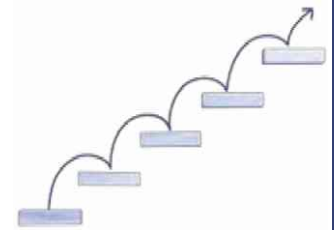
Мои ежевечерние собрания дарят мне надежду, что однажды я смогу оставить борьбу позади, следуя Двенадцати

Шагам Нар-Анона, программе, которая не похожа ни на одну другую.

Я всегда дорожила поддержкой друзей и моей семьи, но моя группа Нар-Анона дала мне друзей по выздоровлению — я больше не одинока.

Я очень благодарна Нар-Анону, руководству, перспективе и опыту членов моей группы. Благодаря этому я обрела новую силу, надежду и веру для движения вперед, к моему собственному духовному росту.





ЧТО ТАКОЕ ПЕРЕКРЕСТНЫЕ РАЗГОВОРЫ? ПОЧЕМУ НАС ОНИ БЕСПОКОЯТ?

Первая Традиция: «Наше общее благополучие должно стоять на первом месте, личное выздоровление зависит от единства».

Наши принципы, девизы, Шаги, Традиции, Концепции имеют целью поддерживать единство Нар-Анона. И так...

Что такое единство? Есть много определений единства: соединение в одно целое. Состояние гармонии и согласия. Близость, единение. Перекрестные разговоры разрушают принцип единства.

Почему это важно? Единство укрепляет нашу связь, дает понять, что мы не одиноки. Оно позволяет нам безопасно открывать свои сердца на собрании. Оно делает возможным здоровое общение для всех, кто посещает собрание. Помогает нам видеть, когда мы действуем вне нашего эго. Помогает нам хорошо чувствовать себя в группе. Учит социальным навыкам. Создает безопасное место для проверки реальности.

Что это дает? Единство позволяет нам получить на собрании доступ к Высшей

Силе – как отдельным людям, так и группе в целом. Оно позволяет нам объединяться друг с другом. Оно позволяет членам группы, имевшим серьезные проблемы с безопасностью, свободно чувствовать себя на наших собраниях. Оно создает ту особую жизнерадостность и магию здоровых групп Нар-Анона.

Услышанное на собрании: «Я был исключен из стольких разговоров в моей жизни. Перекрестные разговоры исключили бы меня из собрания, они противоречат тому, для чего мы здесь».

«Давая советы, мы лишаем достоинства человека, которому нужно принять собственное решение. И этот человек может начать слишком сильно полагаться на нас. Давая советы в перекрестных разговорах, мы вредим нашей группе и друг другу».

Первая Традиция помогает мне лучше понять, как принципы Нар-Анона работают в повседневной жизни. Сейчас я работаю над тем, как я могу помочь своим группам достичь большего единства. Для меня единство укрепляется каждый раз, когда мы

проводим инвентаризацию групп и честно обсуждаем вклад каждого, уважая все голоса и особенно внимательно прислушиваясь к тем, с кем мы изначально не согласны. Каждый раз, когда мы ограничиваем продолжительность наших высказываний, чтобы у каждого была возможность высказаться. Каждый раз, когда мы используем литературу Нар-Анона на наших собраниях. Каждый раз, когда мы посещаем региональные или национальные конвенции. Каждый раз, когда мы применяем принципы Нар-Анона. Каждый раз, когда мы практикуем смирение и открытость по отношению к себе и другим. Каждый раз, когда мы делаем паузу и позволяем нашей Высшей Силе направлять нас. Каждый раз, когда мы ... (заполните пробел), мы способствуем единству.

Что еще? Что ж, я продолжаю свой путь к более полному пониманию Первой Традиции. Как твои дела?

Приобретите или просмотрите литературу по обслуживанию:

www.nar-anon.org/service-literature

ПИСЬМО О ВОЗМЕЩЕНИИ УЩЕРБА СЕБЕ

Дорогая!

Сегодня я хочу попросить у тебя прощения за то, что многократно устанавливала для тебя невозможно высокие стандарты совершенства. За то, что много раз я бывала сурова к тебе и ругала за то, что ты не соответствовала этим стандартам совершенства.

Я хочу попросить прощения за то, что не любила тебя безоговорочно, так, как ты заслуживаешь того. Так, как твоя Высшая Сила любит тебя. Я сожалею, что не праздновала твои успехи с тобой, как я радовалась успехам других людей вместе с ними. На самом деле, я хочу попросить прощения за то, что не относилась к тебе так же, как я относилась бы к своему лучшему другу.

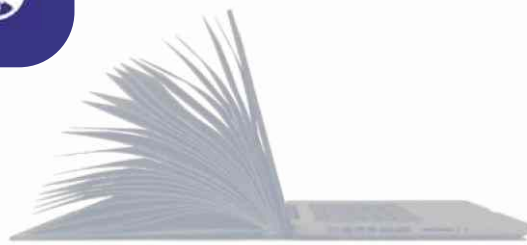
Потому что ты есть! Я искренне сожалею о всем времени, когда вредила тебе, закликаясь на ошибках прошлого.

Всякий раз, когда я смотрела на тебя и называла тебя глупой, некрасивой или недостаточно хорошей, я была неправа, и мне очень жаль! Я причинила тебе вред, обманывая тебя. Мой обман, отрицание и самооправдание не были тебе на пользу. Я причинила тебе вред, пренебрегая твоим здоровьем и благополучием. Я заставила тебя поверить в то, что похвально ставить себя на последнее место. Я настаивала, чтобы ты брала на себя ответственность за других людей, и я подталкивала тебя помогать им, даже если это означало пренебречь собственными нуждами. Я

прошу прощения за недостаток заботы и уважения к тебе.

Вот мое обещание тебе: я буду стремиться относиться к тебе как к лучшему другу. Я буду любить и уважать тебя. Я буду стараться видеть тебя так, как видит тебя твоя Высшая Сила. Я буду хвалить тебя за твои достижения и праздновать твои успехи вместе с тобой. Я буду относиться к тебе с добротой и нежностью. Я буду честна с тобой, но я не буду суровой или жестокой. Я буду терпелива к тебе, и я буду напоминать, что это прогресс, а не совершенство. Я буду прощать твои недостатки. Я буду напоминать, что ты находишься именно там, где должна быть сегодня.

С любовью, Я.



ИЗ КОМИТЕТА ПО ЛИТЕРАТУРЕ

>> ДЛЯ ЧЕГО НУЖЕН СПИСОК ПРИОРИТЕТНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ ВЫЗДОРОВЛЕНИЯ?

Процесс утверждения литературы для выздоровления создало содружество. Он был одобрен на Всемирной конференции обслуживания 2014 г., чтобы дать группам информацию о порядке работы Всемирного комитета обслуживания по литературе с литературой для выздоровления. Любой член Нар-Анона, группа, Областной и Региональный комитеты обслуживания, Национальный центр обслуживания (НЦО), Всемирный комитет обслуживания или Совет попечителей может представить тексты и предложения по темам для будущей литературы.

Комитет по литературе собирает материалы, которые соответствуют критериям, изложенным в разделе «Литература

для выздоровления»/«Процесс одобрения литературы для выздоровления» в Руководстве по всемирному обслуживанию (РВО), и представляет их как Список приоритетной литературы для выздоровления раз в два года на Всемирной конференции обслуживания (ВКО) для определения очередности. Материалы, полученные после рассылки Доклада о повестке конференции (ДПК), будут включены в ДПК следующей конференции.

Наша литература должна нести послание надежды тем, на кого повлияла наркомания близкого человека, поэтому разнообразный опыт необходим. Комитет по литературе призывает всех членов Нар-Анона отправлять свои сочинения для будущей литературы по адресу: litcom@naranon.org

«Кстати, очень полезно записывать свои мысли и истории из собственной жизни: так легче их проанализировать. А кроме того, они представляют большой интерес для членов всего содружества». - **ДОСН, 6 апреля**

ВСЕМИРНАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ ОБСЛУЖИВАНИЯ 2021

Ниже приводится список новой, обновленной/рецензированной литературы, рассмотренной и одобренной ВКО 2021.

- Руководство по местному обслуживанию
- Руководство по всемирному обслуживанию
- Голубой буклет
- Форма авторских прав
- Карточки для зачитывания
- Молитва о нашем содружестве

Новая литература

- Буклет «Седьмая Традиция»
- «Истории бабушек и дедушек»
- «Наши Традиции: принципы для групп и не только»

Посетите веб-сайт ВО или свяжитесь с вашим делегатом, чтобы узнать даты выпуска литературы.

>> ИНФОРМИРОВАНИЕ ОБЩЕСТВЕННОСТИ – СИГНАЛ К ПЕРЕКЛИЧКЕ

Есть ли в вашем Областном/Региональном комитете председатель подкомитета по информированию общественности? Как насчет координатора по информированию общественности? Ваш председатель или координатор знает и участвует в работе нашего ежеквартального Круглого стола по информированию общественности? Нам нужны ваши идеи, ваши проблемы, ваши успехи! Нам нужен ваш вклад, чтобы Всемирный комитет мог лучше обслуживать содружество. Отправьте контакты председателя или координатора комитета во Всемирный комитет по информированию общественности, чтобы мы могли связаться с ними.

Всемирный комитет по информированию общественности также ищет членов содружества для служения по информированию общественности и развитию содружества на всемирном уровне. Почему бы не подумать о том, как объединить наши усилия? Всемирное служение по информированию общественности может улучшаться с участием всего мира.

Отправьте свои контакты по адресу outreach@nar-anon.org. Нам не терпится увидеть, как далеко может продвинуться наш комитет. Присоединяйтесь к нам!



Кликните на заголовок события или перейдите на страницу событий ([Events page](#)) на сайте Всемирного обслуживания.

IN THE SPIRIT OF COOPERATION:

NAR-ANON & NA *Web-Based*

NY Region—Sept 7, Oct 5, Nov 1, 2021

8pm EDT, 7pm CDT, 6pm MDT, 5pm PDT

[Zoom Link](#) - nynfgsec@gmail.com

CARRY THE MESSAGE: NAR-ANON & NA

Rocky Mtn Region

Sept 25, Oct 23, Nov 27, 2021 *Web-Based*

12:30pm EDT, 11:30am CDT, 10:30am MDT,

9:30am PDT

[Zoom Link](#) -

carrythemessageNFG@gmail.com

BOARD OF TRUSTEES ROUNDTABLE

September 26, 2021 *Web-Based*

12pm EDT, 11am CDT, 10am MDT, 9am PDT

[Zoom Link](#) - BOT@nar-anon.org

STEP BY STEP 12-STEP WORKSHOP

Every 2nd and 4th Wednesday

Web-Based

5pm PDT, 8pm EDT, 12am GMT

[Zoom Link](#) - [More Info](#)

Mtcake15@gmail.com or

loischez@gmail.com

STEP BY STEP 12-STEP WORKSHOP

Simi Valley NFG Every Saturday

Web-Based

6:30pm PDT, 9:30 EDT, 8:30 CDT, 7:30 MDT

[Zoom Link](#) - [More Info](#)

IT STARTS WITH US SPEAKER MEETING

Rocky Mtn Region—Every Saturday

Web-Based

9pm EDT, 8 CDT, 7pm MDT, 6pm PDT

[Zoom Link](#) - [More Info](#)

THE NUTS & BOLTS OF SPONSORSHIP

Rocky Mtn Region

Every Tuesday *Web-Based*

7pm EDT, 6pm CDT, 5pm MDT, 4pm PDT

[Zoom Link](#) - [More Info](#)

MID-ATLANTIC REGION CONVENTION

Dulles, VA

4th Annual Nar-Anon Mid-Atlantic Region

November 5-7, 2021

[More info](#)

ROCKY MOUNTAIN REGION CONVENTION

Loveland, CO

Friends, Family & Fellowship Finally Face-to-Face

November 12-14, 2021

[More info](#)

ЧТО МОЖНО КУПИТЬ ЗА ДОЛЛАР В НАР-АНОНЕ?

В течение многих лет, когда корзинка по Седьмой Традиции передавалась по кругу, каждый клал обычный доллар. А на доллар нельзя купить то, что можно было купить много лет назад. Что можно купить на доллар из корзинки сегодня?

- 2 буклета
- 2 закладки для книг
- 1 брошюру «Личные истории»
- 1 буклет «Рекомендации для семьи наркомана»
- 1 ламинированную закладку для книг
- 2 распечатанных текста материалов по обслуживанию или по информированию общественности
- 100 электронных подписок на ИБ (в настоящее время подписчиков более 5000).

Доллара больше не хватает надолго в Нар-Аноне. Требуется не менее двух долларов, чтобы купить набор новичка или Голубой буклет.

Наши группы по-прежнему должны платить за аренду помещений для собраний и делать пожертвования в структуры обслуживания разных уровней, которые нуждаются в финансировании для предоставления обслуживания, запрошенного группами.

К ним относятся веб-сайты, телефонные линии, материалы для информирования о событиях, аренда для Всемирного центра обслуживания, заработная плата персонала, налоги, печатное оборудование и расходные материалы.



>> Поделитесь своими событиями

Знаете ли вы, что на сайте ВО Нар-Анона есть страница, где можно поделиться информацией о предстоящих событиях? Кликните <http://www.nar-anon.org/events>, чтобы посмотреть список ближайших событий. Если вы хотите поделиться своим событием, то отправьте флаер события в формате pdf на адрес: events@nar-anon.org



NAR-ANON FAMILY GROUPS

Nar-Anon World Headquarters

23110 Crenshaw Blvd ♡ Torrance, CA 90505

Website: www.nar-anon.org

E-mail: wso@nar-anon.org

Phone (310) 534-8188 • (800) 477-6291