



# Обрести душевный покой

## Смотрите на сайте Семейных Групп Нар-Анон:

- Новый интерфейс сайта Нар-Анон выходит 1 сентября!
- Нар-Анон (PSA)
- Нар-Анон 36: Шаги с 1 по 9 теперь доступны.
- Принципы групп.
- Новости исполнительного совета.
- Электронные книги Нар-Анон.
- Архивные выпуски издания «Обрести душевный покой»



## В этом выпуске:

|  |   |
|--|---|
| Наши члены делятся опытом                              | 2 |
| Собрания РКО в сопоставлении с Региональной Ассамблеей | 4 |
| Что сработало для Вас?                                 | 5 |
| Только сегодня   | 6 |
| Обращение совета                                       | 6 |
| Уголок комитета  | 7 |
| Предстоящие события                                    | 8 |

## Письмо президента.

В мае я была избрана президентом Совета попечителей. Это большая честь для меня. Принять эту должность от Карен М. после ее девяти лет служения - устрашающая задача. Работа с такой талантливой, знающей и опытной командой попечителей сделает эту задачу намного легче.

Моя личная задача как президента состоит в том, чтобы продолжить поддерживать единство в нашем содружестве и обслуживание семейных групп Нар-Анона во всем мире всеми доступными нам средствами. Это не случайно, единство - ключевое слово нашей Первой Традиции. Мы уже достигли так много. На прошедшей Всемирной конференции обслуживания (ВКО 2014), у нас было рекордное число стран - семь стран участниц и две страны в качестве наблюдающих. Число делегатов продолжает расти. На каждой конференции мы все больше и больше учимся друг от друга. Прекрасные идеи, услышанные нами, мы пытаемся воплотить в обслуживание нашего содружества. Чем больше приезжает делегатов от

регионов, тем выше групповое сознание.

На ВКО 2014 стало ясно, что мы должны были выделять больше ресурсов на переводы нашей литературы. Наше интернациональное содружество полагается на руководство наших всемирных структур обслуживания. Был сформирован новый подкомитет для этой цели, но, как и во всех новых делах, нам нужна помощь. Необходимо приложить огромные усилия, чтобы обеспечить точность перевода с английского языка. Поэтому, если вы владеете разными языками, пожалуйста, помогите в этом служении.

Один из способов, которым мы укрепляем наше единство, - это выпуск ИБ. С помощью ИБ "ОБРЕСТИ ДУШЕВНЫЙ ПОКОЙ", имеющего более 3000 подписчиков, мы общаемся друг с другом. Обязательно присылайте нам статьи и вопросы. Рассказывайте нам об успешных мероприятиях в вашем регионе. Наградой будет та цель, о которой мы говорим в Пятой Традиции: "...помогать семьям наркоманов", для чего,

делитесь тем, как использовали инструменты программы, чтобы пройти через трудные времена, как использовали Традиции или принципы программы, чтобы улучшить свою жизнь, свою группу, работу Областного или Регионального комитетов обслуживания.

В заключение я хотела попросить, чтобы все вы помогли крепить единство содружества, представляя ваши размышления и задавая вопросы Совету попечителей. Какие у вас предложения? Какие у вас проблемы? Чему вы чувствуете необходимо уделить больше внимания? Как мы можем помочь развивать ваши группы, Областные или Региональные комитеты обслуживания? Давайте разговаривать!!

Вы можете использовать электронную почту Совета попечителей: [BOT@nar-anon.org](mailto:BOT@nar-anon.org), или связаться со мной непосредственно в [Rhenda@nar-anon.org](mailto:Rhenda@nar-anon.org).

Ренда Р.- Президент Совета попечителей семейных групп Нар-Анона,  
Торонто, Канада

## ЗАХВАТЫВАЮЩИЕ НОВОСТИ!

### Объявления Нар-Анон в общественных изданиях.

Объявления Нар-Анона теперь можно размещать в общественных изданиях с целью информирования общественности (outreach). Чтобы увидеть и услышать объявления Нар-Анона во всемирной паутине, пройдите по ссылке [Outreach Tools](#) на сайте Нар-Анона и кликните на "Video PSA". Чтобы задать вопросы или обратиться за помощью, пожалуйста, пишите по адресу: [outreach@nar-anon.org](mailto:outreach@nar-anon.org)

## Наши члены делятся опытом.

*"Нар-Анон воодушевляет меня не впадать в обиды. Я просто могу просить о мире и душевном покое."*

*Тридцать один день в Нар-Анон, День 3*



## Переулок дьявола.

Я помню, как будучи мальчиком в сельском Канзасе и выезжая на воскресную прогулку, проезжал то, что мои тетя и дядя называли "переулок дьявола". Это был реально просто переулок между двумя заборами. Я спросил, почему они называли его "переулок дьявола". Моя тетя сказала, что давным-давно фермеры не могли договориться, кто будет строить забор между их фермами, поэтому каждый фермер решил сам построить свой забор. Мой дядя засмеялся и сказал, что он представляет, как они оба работали параллельно, но не вместе, вдвое упорней, чтобы достигнуть той же самой цели, просто потому, что они не доверяли друг другу. И таким образом, этот переулок стал переулком недоверия, мертвой зоной, на которой ничего не росло. Это было напоминанием того, как люди не могут объединиться и работать вместе.

Прежде чем я пришел в Нар-Анон, я, как оказалось, строил много бесполезных заборов и делал много тяжелой работы, которая никуда меня не привела. Так как я не мог заставить наркомана, или даже других людей, которые были связаны с наркоманом, соглашаться со мной. Я создавал свои собственные переулки дьявола между мной и другими людьми. Я чувствовал себя все более и

более одиноким, несчастным и отчужденным.

В большинстве случаев человеческие отношения очень сложны. Особенно, когда речь идет о наркотиках! Я изнурял себя собственными планами и идеями относительно того, как все должно быть. Таким образом, я перестал жить сам. Я накопил огромное количество доказательств, как ненадежны другие люди и даже сам мир!

Постепенно с помощью собраний групп и принципов программы, я начал двигаться в другом направлении. Сначала я думал, что Шаги слишком резки и требовательны. Когда я работал по ним, я обнаружил, что они были нежными и прощающими. Я размышлял, почему я сталкивался с другими людьми в своем безумии. Я начал медленно, почти неощутимо, двигаться по более мягкому пути. Я был особенно удивлен, что никто не давал мне советов. Я задался вопросом: «Почему?» - так как я был готов давать их сам, даже притом, что ничто из того, что я пробовал, фактически не работало. Я думал, возможно, что они не давали советов, потому что я уже все знаю. В своем тщеславии я предположил, что им были нужны мои размышления, а не наоборот.

Ирония, конечно, была в том, что я был всезнайкой, которая все равно не могла услышать любой совет. Это был тяжелый урок. Но не на все вопросы я имел ответы, и не все было мне ясно. Я должен был учиться доверять тому, что НЕ знаю.

Наши дороги не разделяют нас, а позволяют нам идти вместе. Дорога должна вести куда-нибудь, не быть бессмысленной и ненужной. Как глупы были те фермеры, давным-давно, неспособные видеть то, что они имели сообща. Построить переулок в никуда – это простой символ человеческого недоверия, - это, в самом деле, "переулок дьявола". Это - даже утрата переулка!

Я, наконец, нашел дорогу и начал разрушать некоторые заборы, которые я установил. Я теперь делюсь путешествием, дорогой, направлением с тысячами людей, которые приобрели духовную свободу благодаря щедрым и мягким принципам, переданным нам программой Нар-Анона. Мы не говорим друг другу, что делать или не делать, даже принимая одинаковые решения, но мы находимся на дороге, которую мы используем сообща, и мы знаем, что идем в направлении чего-то нового.

Дэвид Р.

“Помните, что все люди постоянно меняются. Когда мы оцениваем других людей, мы судим на основе наших знаний о них, не осознавая, что есть многое, чего мы не знаем, и забывая, что они постоянно меняются, пытаются более или менее справиться с жизнью”.

Голубой буклет «Нар-Анон. Семейная группа» стр.16

## Помощь семьям наркоманов: поддержка против сплетен.

Недавно я был на конвенции и говорил с другим участником о проблеме, с которой мы оба столкнулись в наших регионах. Мне пришлось в голову, что я слышал ту же тему в других регионах. Некоторые участники используют тему собрания «Исправление наркомана». Это не формальная тема, а скорее сленг, чтобы описать собрание, где члены группы делятся тем, что наркоман сделал или должен сделать; рассказывают о его употреблении, кражах, датах суда, адвокатах, испытательных сроках, тюрьмах, сроках тюремного заключения, датах освобождения, центрах лечения, рекомендованных программах лечения и так далее. На многих из этих собраний члены группы тратят все время на рассказы историй о наркоманах.

Весь тот день на конвенции мы продолжили наше обсуждение и согласились, что эта форма собраний не здоровая. Мы признали, что уходили с таких собраний, чувствуя себя хуже, чем когда мы пришли.

На следующей неделе я посетил свою группу, изучающую Традиции. Моя Высшая Сила, должно быть, работала, потому что посредством процесса обучения, а не через мою собственную интерпретацию Традиций, ответ стал ясным. Пятая Традиция говорит: «У каждой семейной группы Нар-Анона есть лишь одна цель - помогать семьям наркоманов». Далее эта Традиция говорит нам, как выполнить эту цель, применяя Двенадцать Шагов Нар-Анона. Когда члены группы делятся только историями о наркомане, мы не изучаем, как применять Двенадцать Шагов для себя

или даже почему мы должны практиковать Шаги. Мы не изучаем, как выстроить границы или как отстраниться от наркомана. Члены, которые практикуют Шаги для себя, учатся другому способу жить. Работа по Шагам помогает каждому из нас выздороветь и справиться с наркоманией в нашей повседневной жизни.

Пятая Традиция также говорит нам, чтобы мы поддерживали и выражали понимание нашему употребляющему наркотики родственнику. Как мы делаем это? Это, кажется, сбивает нас с толку. Эта часть Традиции не говорит нам продолжать пытаться



контролировать или спасать наркомана, и при этом она не говорит нам сплетничать о наркомане. «Поддерживать, кроме как оказывать поддержку, - это выражать доверие или надежду». Мы должны спросить себя, как мы можем поддерживать наркоманов, не продолжая потворствовать им. Наставники и другие члены группы, наряду с нашей Высшей Силой, могут наставлять нас, как выполнять эту задачу - поддерживать. Как группа, мы должны спросить себя: «Является ли обсуждение действий наркомана поддержкой? Мы покидаем наше собрание с новой перспективой и инструментами, чтобы самим

справляться между собраниями?»

Наконец, эта Традиция говорит нам приветствовать и утешать членов семей наркоманов. Как мы приветствуем членов семей? Как мы их утешаем? Многие члены не находят утешения на собрании, слушая, что наркоманы делают неделю за неделей. Многие из нас пришли на собрания, думая, что наша основная цель состоит в том, чтобы заставить наркомана прекратить употреблять. Это дело председателя группы и опытных членов группы присутствующих на программе Нар-Анона. Эти

члены могут напомнить группе, что общение после собрания приветствуется. Когда на собрании, сосредоточиваются на своем выздоровлении, то это укрепляет единство и таким образом поддерживается наша Первая Традиция. Для нас важно дать другим членам больше, чем мы позволяем им брать от нас. Что это означает? Рекомендуется группе оставлять последние десять минут собрания для открытых высказываний. Как обсуждение действий наркомана создаст комфортную обстановку для тех членов семейных групп, которые еще страдают? Помогает ли это членам группы выздороветь?

## Наши члены делятся опытом.

*«Отстранение с любовью приносит мне спокойствие и духовный рост ..., я отделяю человека, которого я люблю, от болезни, которую я ненавижу».*

*Тридцать один день в Нар-Аноне, день 16*

Помогает ли обсуждение информации о реабилитационном центре членам семей или этим можно поделиться после собрания? Помогают ли сплетни о наркомане? «Сплетни о других людях, включая наркоманов, приведут к поражению в достижении нашей цели» - (Голубой буклет «Нар-Анон. Семейная группа. стр. 14). Исправит ли наркомана сплетня?

Иногда, кажется, легче остаться в буйстве, чем выйти из него. Болезнь настолько захватила нас, что мы не видим никакого другого способа жизни. Только тогда, когда мы готовы попробовать что-то новое, мы начинаем изучать инструменты, которые помогут изменить нашу жизнь так, как мы не смели даже мечтать!

## Программа Нар-Анон.

## СОБРАНИЯ РЕГИОНАЛЬНОГО КОМИТЕТА ОБСЛУЖИВАНИЯ в сопоставлении с РЕГИОНАЛЬНОЙ АССАМБЛЕЕЙ

Есть два типа региональных собраний, о которых говорится в «Руководстве по местному обслуживанию семейных групп Нар-Анона» (РМО): собрания Регионального комитета обслуживания (РКО, стр. 6-3) и Региональная ассамблея (стр. 6-8).

### Региональные собрания: РКО в сопоставлении с ассамблеей

Вкратце:

- Региональные комитеты обслуживания обсуждают, рассматривают и планируют.
- Региональные Ассамблеи обсуждают, выслушивают и ГОЛОСУЮТ.

**Собрания РКО** проводятся, чтобы обсуждать дела региона и областей, как описано ниже. На этих собраниях присутствуют должностные лица, представители областных комитетов обслуживания (ППОКО), председатели региональных подкомитетов, делегаты и заместители делегатов на ВКО. Все члены Нар-Анона могут принять участие в этих собраниях. По усмотрению председателя, высказывания не голосующих членов могут быть ограничены.

Члены с правом голоса – это должностные лица (председатель, заместитель председателя, секретарь и казначей), ППОКО, председатели подкомитетов и другие члены, которым РКО сочтет дать право голосовать. Делегат и заместитель делегата не обладают правом голоса.

#### Региональный комитет обслуживания.

Заслушивает и обсуждает отчеты областных и региональных структур обслуживания.

Заслушивает отчеты подкомитетов и рассматривает их деятельность.

Заслушивает и обсуждает отчет делегата.

Рассматривает способы информирования и сохранения единства групп.

Создает подкомитеты

Предлагает вопросы для утверждения ассамблей.

Разрабатывает бюджет региона.

Занимается сбором средств для покрытия расходов делегата на поездку для участия в ВКО.

Составляет список кандидатов для выборов на ассамблею.

**Ассамблея** - проводится не реже одного раза в год. В ассамблее принимают участие должностные лица РКО, делегат и заместитель делегата, представители групп по обслуживанию всего региона (ППГО), ППОКО и председатели подкомитетов. Ассамблея является жизненно важным связующим звеном между группами и региональными структурами. Участники ассамблеи проводят следующую работу:

Формируют политику для региона.

Принимают предложения от групп, обсуждают их и голосуют по тем предложениям, которые будут представлены в оргкомитет ВКО.

Рассматривают и голосуют по докладу о повестке всемирной конференции (ДПК).

Доверяют делегату право голосования на ВКО по вопросам, не включенным в ДПК.

Заслушивают отчеты Областных комитетов обслуживания (ОКО) и отчеты подкомитетов

Заслушивают отчет делегата

Избирают должностных лиц РКО, делегата, заместителя делегата и председателей подкомитетов

Утверждают региональный бюджет, разработанный РКО

Единственными голосующими членами ассамблеи являются ППГО, а в случае их отсутствия - заместители ППГО с правом одного голоса от своей группы. Для работы необходим кворум ППГО всего региона, голосующих групповым сознанием.

Для получения дополнительной информации обратитесь к [«Руководству по местному обслуживанию семейных групп Нар-Анона»](#) (РМО) Вопросы? Свяжитесь с комитетом по политике и руководящим принципам по адресу [randgcommittee@nar-anon.org](mailto:randgcommittee@nar-anon.org).



## Что работало для вас?

### Вопрос прошлого выпуска.

*На собраниях, которые я посещаю, я постоянно слышу, что существует разница между случаем, когда зависимым является ваш ребенок и теми случаями, когда зависимым является ваш супруг или супруга. В последнем случае вы можете с ними развестись. Это меня обижает и заставляет чувствовать себя неполноценным членом группы. Испытывает ли кто-нибудь схожие чувства? Как вы справлялись с такой ситуацией?*

**Ответ 1:** Я как-то навестил мою наркоманку, когда она жила в коммуне. Я зашел в дом, в то время когда они обсуждали, споря о том, кто хуже, «кокаинщики» или «героинщики». Это безумие напоминает мне собрание группы Нар-Анона, где заходит речь о том, что хуже ребенок или супруг наркоман.

Боль каждого человека – это его боль и не имеет никакого значения, является ли наркоман супругом или ребенком. Как только я ставлю себя отдельно как «отличающегося», программа больше не программа «нас», а программа «я против вас». Мне необходимо фокусироваться на своей программе. Я действительно не знаю, что необходимо делать вам.

Как наша Первая Традиция говорит: «Наше общее благополучие должно стоять на первом месте; личное выздоровление для большинства из нас зависит от единства». Разделение нас, основанное на том, кто наркоман, не способствует единству. Вместо того, чтобы давать совет, я принимаю решение применять Традиции во всех своих делах. Когда я слышу фразу: «Таким образом мы тоже становимся больными»\*, - то вспоминаю, почему мне нужны собрания.

Барри

\*Голубой буклет «Нар-Анон. Семейная группа», стр.4

**Ответ 2:** На многих собраниях групп я слышу, что есть отличие, когда наркоман - ваш ребенок. Я обычно слышу это от новичка, который не понимает, что мой супруг – это чей-то ребенок. То, что я слышу, мешает мне ощущать свою принадлежность к Нар-Анону, потому что, якобы я, в крайнем случае, могу развестись с наркоманом, а родитель не может развестись со своим ребенком. Это причиняет боль и заставляет меня чувствовать себя непрошеным гостем на собрании. Нахожусь ли я здесь из-за ребенка, супруга или друга - неважно.

Однажды я пошла на собрание, где мы представились только именем и нас попросили сказать, кем мы были наркоману. Сначала, я думала, что это было отчасти правильно, но затем, когда мы сели в круг, и не было никаких других супругов, я скоро почувствовала, что не принадлежу содружеству. Снова мои высказывания были неуместны, потому что: «Я не общалась с наркоманом в течение девяти месяцев».

Я действительно, в конечном счете, развелась с наркоманом шесть лет назад. Я все еще посещаю собрания. Я продолжаю приходить на собрания, потому что выздоровление для меня никогда не было лечением наркомана. В Шагах от Второго до Двенадцатого не говорится о наркомане; эти Шаги обо мне и моем выздоровлении. Я продолжаю ходить на собрания, потому что на меня повлияла наркомания близкого человека. Двенадцатый Шаг говорит мне продолжать ходить на собрания, чтобы нести весть другим людям. Если я продолжаю ходить на собрания, я отдаю то, что было так щедро дано мне. Я продолжаю ходить на собрания, потому что не имеет значения, кто наркоман - имеет значение, кто я.

### Вопрос этого выпуска.

*Какой самый впечатляющий дар вы получили в результате наставничества?*

#### Подписка на информационный бюллетень

Кликните сюда для **БЕСПЛАТНОЙ** подписки на [The Serenity Connection](#)

Подпишитесь до 3,09!



#### Электронные книги Нар-Анона. Всегда доступны.

Пользуетесь Вы смартфоном, планшетом, Apple, Android или другими устройствами - литература Нар-Анона уже доступна в электронном виде как на eBooks, так и на Apple iBookstore и Amasone Kindle store. Чтобы узнать больше зайдите на [nar-anon-webstore.myshopify.com/pages/ebooks](http://nar-anon-webstore.myshopify.com/pages/ebooks)

## Только сегодня.

Только сегодня я признаю, что быть приложением к тем, кого люблю, - это нездоровое поведение. Отстранение с любовью позволит мне духовно расти и найти свой выбор, свой путь и себя.

Когда я впервые услышала, что отстранение необходимо, чтобы выздороветь от этой семейной болезни - наркомании, моими немедленными реакциями были тревога и страх. Я ошибочно сравнивала отстранение с тем, что я перестаю заботиться, строю стены отторжения и покидаю тех, кого я люблю.

Я узнала, что отстраниться - это значит, на самом деле, дать другим людям свободу увидеть себя, сделать их собственный выбор и испытать

последствия этого выбора. Когда я применяю не быть приложением, я вижу, что могу выбирать. Я могу выйти из плена отчаяния всяких «должна», позора и обвинений. Я прошу мою Высшую Силу мудрости изменить себя и отпустить других людей с любовью, чтобы о них заботилась их Высшая Сила. Я пришла к убеждению, что в этих наших новых отношениях нашей жизнью руководит Высшая Сила.

Практикую мое отстраненное мышление, я начала открывать себя и свои обязанности. Я начала видеть мою роль в отношениях и перестала чувствовать свою полную ответственность за всех. Я практикую понимание, сочувствие, принятие и прощение (освобождение). Я

отпускаю мои не основанные на реальности ожидания и, как результат этого, отпускаю недовольство и обиды. Я научилась давать себе перерыв, не принимать все на свой счет и прекратила чувствовать эмоциональную боль от чужих слов, выбора и поведения.

Только сегодня, я буду практиковать здоровое отстранение с любовью, которое дает мне свободу духовно расти и быть собой. Я учусь просто быть для других людей. Я принимаю, что только я могу найти свои собственные ответы, и это нормально. Ответы других людей должны быть найдены ими с помощью их Высшей Силы. Других людей я могу только любить. Это больше чем достаточно.

## Обращение Совета.

### Чья это ответственность?

Заявление о миссии Всемирного Совета попечителей:

*«Главной задачей Всемирного Совета попечителей (СП) является рост количества семейных групп Нар-Анона и финансовая стабильность содружества. Совместно со Всемирными комитетами и ВЦО мы намерены поддерживать содружество, совершенствуя обслуживание, необходимое для распространения послания Нар-Анона по всему миру.»*

Одна из основных обязанностей СП - это гарантировать Нар-Анону соответствующие финансовые средства, чтобы осуществлять миссию несения вести по всему миру. Мы представляем, что в будущем, всегда будем доступны для тех, кто нуждается. Помните, когда вы первый раз пришли на собрание? Помните, когда вы в первый раз нашли душевный покой? Когда вы в первый раз поняли, что больше не одиноки? Как насчет всех тех друзей, которых вы нашли в содружестве, которые идут рядом с вами в этом путешествии через хорошие и плохие времена? Хотите ли вы, чтобы те, кто еще не нашел Нар-Анона, имели возможность получить те дары, которые предлагает программа?

Шестая Традиция гласит: "Нашим семейным группам не следует

*Пожалуйста, прочитайте это сообщение на своих рабочих собраниях в этом квартале.*

поддерживать, финансировать или представлять наше имя посторонним организациям, чтобы проблемы, связанные с деньгами, собственностью и престижем, не отвлекали нас от нашей главной духовной цели".

Откуда пополняются фонды ВЦО? Нар-Анон не принимает деньги от сторонних организаций. Мы существуем за счет пожертвований членов содружества и средств от продажи нашей литературы. В недавнем прошлом, все компании и организации должны были сжать свои бюджеты, стремиться к сокращению расходов в то время, как затраты на все продолжают повышаться. Мы также почувствовали этот экономический кризис, поскольку пожертвования уменьшились за последние три года.

Наша Седьмая Традиция гласит: "Каждая группа должна полностью опираться на собственные силы и отказываться от помощи извне".

Как Нар-Анон сохраняет себя полностью независимым? Так же, как коробка с Седьмой Традицией в группе служит для поддержки группы, та же самая коробка также служит для поддержки структуры каждого уровня обслуживания вне группы. Эти денежные средства помогают обеспечивать обслуживание от имени всех членов через ВЦО. Без поддержки групп телефоны ВЦО не могут работать,

коммунальные услуги и зарплаты не могут быть заплачены, и литература не сможет быть издана.

ВЦО получает доход от продажи литературы, но этого недостаточно, и необходима дополнительная финансовая помощь. В настоящее время взносы от Седьмой Традиции составляют только приблизительно 12% нашего операционного дохода. Ясно, что это вне баланса.

Вторая Концепция гласит: «Окончательное решение и власть над структурами обслуживания остается за семейными группами Нар-Анона».

Что это означает? Это касается каждого члена, каждой группы, каждой областной и региональной структуры обслуживания - сохранить наши Всемирные структуры обслуживания функционирующими, и это - наша коллективная ответственность. Наши группы принимают решения для нашего содружества на Всемирной конференции обслуживания. Но в чем заключается эта ответственность? Мы поручаем нашим Всемирным комитетам обслуживания и ВЦО выполнять обслуживание от имени всех наших групп. Для выполнения любого обслуживания необходимы фонды. Что еще необходимо ВЦО, чтобы выполнять обслуживание?

*Продолжение на стр.7...*



### Обращение совета... начало на стр.6

- Арендная плата, коммунальные платежи, страховка, зарплата
- Телефон и интернет
- Компьютеры, копировальные устройства, принтеры, бумага и чернила
- Информирование общественности

Всемирные комитеты обслуживания предоставляют такое обслуживание, которое требует денежных средств:

- Производство литературы и программное обеспечение
- Содержание веб-сайта и связанные с этим платы
- Информационный бюллетень и подписные сборы поставщика
- Информирование общественности
- Наратин

Мы обращаемся ко всем группам, Областным и Региональным комитетам обслуживания: обсудить на вашем следующем рабочем собрании с помощью группового сознания возможности обеспечить запрашиваемые средства для обслуживания содружества во всем мире. Определив разумный резерв (см. РМО, стр. 8-2), мы просим, чтобы все члены Нар-Анона поддерживали Областные, Региональные и Всемирные структуры обслуживания, и таким образом, мы сможем продолжать нести весть нуждающимся людям.

Пожертвования в ВЦО могут быть сделаны он-лайн на [www.nar-anon.org](http://www.nar-anon.org) или по почте: 22527 Crenshaw Blvd, Suite 200B Torrance, CA 90505

Пожертвовать

## Уголок комитета

### Комитет по литературе

#### Список приоритетов

Следующий список приоритетов - результат проведенного комитетом по литературе опроса участников ВКО 2014 года

##### Приоритет первый

- Десятый - Двенадцатый Шаги
- Первая - Двенадцатая Традиции
- Как справиться со смертью любимого человека
- Наратин - 31 день
- Границы

##### Приоритет второй

- Первая - Двенадцатая Концепции
- Родители несовершеннолетнего наркомана
- Почему ЛОК?
- Брошюра «Седьмая Традиция»
- Тетрадь для Четвертого Шага

##### Приоритет третий

- Взрослые дети наркоманов
- Что теперь? (Когда активное употребление заканчивается)
- Почему мы здесь?
- Брошюра для мужчин
- Наркомания в браке

Всемирный и Региональные комитеты по литературе начали работать над приоритетом первым из списка приоритетов.

Мы призываем членов Нар-Анона направлять статьи. Региональные комитеты обслуживания, заинтересованных в формировании подкомитетов по литературе для написания и/или редактирования литературы, просим связаться с Всемирным комитетом обслуживания по литературе [LitCom@nar-anon.org](mailto:LitCom@nar-anon.org). Вместе мы можем.



### Комитет по информированию общественности (Outreach Committee)

Ищите последние новости по информированию общественности (outreach), кликая на [OUTREACH CHALLENGE № 4](#) на странице 4 «Outreach Tools» веб-сайта семейных групп Нар-Анона.

### Вознаграждения жизни

Вознаграждение за признания неуправляемости - мотивация,

Вознаграждение за готовность слушать - надежда,

Вознаграждение за изменения - доверие,

Вознаграждение за отстранение - управляемость,

Вознаграждение за готовность к открытости и честности - понимание и сострадание,

Вознаграждение за молитвы - осознание уважения к себе,

Вознаграждение за обращение за помощью - руководство,

Вознаграждение за руководство - обучение тому, как внимательно делать выбор

Вознаграждение за стремление к молитве и медитации - обретение себя.

## Не позволяйте вашим "НО..." мешать

Я бы сделала что-нибудь с его употреблением, НО...

Я не знаю, что сделать.

Я не знаю, что скажут моя семья или друзья.

Я не знаю, что он сделает.

Я не знаю, куда он пойдет.

Я не хочу, чтобы ему причинили боль.

Я не хочу, чтобы он спал на улице.

Я не хочу, чтобы он пострадал.

Я не знаю, где он поест.

У него нет денег.

Он может рассердиться.

Он может угрожать убить себя.

Он может потерять свою работу.

Он может оказаться в тюрьме.

Он может сказать, что не любит меня.

Он может умереть.

Я думаю, что, если что-то случится с ним, я не смогу жить сама.

Однако истинная правда состоит в том, что я уже не могу жить сама.

Я думала, что мне не нравилось то, что он делал мне, когда на самом деле мне не нравилось то, что я делала себе!

Нар-Анон научил меня, что я не могу управлять жизнью моего наркомана; все, что я могу делать - это жить лучшей жизнью, я могу это делать для себя.

Нар-Анон – возвращайся.

## Предстоящие события

### **Nar-Anon Pacific Northwest Region Spiritual Weekend**

September 5th - 7th, 2014  
"On the Path: Step by Step"  
Contact: Viki W. 360-275-5616  
Falls Creek Retreat Center  
Raymond, WA 98577

### **Nar-Anon Spirituality Breakfast**

September 13th, 2014  
"Feed the Spirit"  
Contact: Sue A. 610-432-3374  
The Brass Rail Restaurant  
Allentown, PA 18104

### **Nar-Anon East Coast Convention (ECC5)**

September 19th - 21st, 2014  
"Hidden Treasures of Recovery"  
Contact: ECC5chair@gmail.com  
Crowne Plaza—Tampa Westshore  
Tampa, FL 33609

### **Southern California Region Narathon 2014**

September 20th, 2014  
"Seeking Serenity"  
Shoreline Baptist Church  
Fountain Valley, CA 92708

### **Nar-Anon en la 9a Convencion Hispana de NA**

September 26th - 28th, 2014  
Contact: Maria 562-298-6932  
Hotel Airtel  
Van Nuys, CA 91406

### **Nar-Anon Midwest Region 5th Annual Assembly**

October 18th, 2014  
"Hope/Recovery in the Ozarks"  
Contact: Christine Z. 417-598-7500  
Barrington Hotel & Suites  
Branson, MO 65616

### **Nar-Anon PNW Convention #10**

October 24th - 26th, 2014  
"Freedom for Families of Addicts"  
Contact: Laura V. lvincent3@gmail.com  
Valley River Inn, Eugene, OR 97401

### **Nar-Anon New York Region Convention (25th Anniversary)**

November 7th - 9th, 2014  
"The Joy is in the Journey XXV"  
Contact: Ron L 516-622-0336  
Villa Roma Resort & Conference Center  
Callicoon, NY 12723

### **W Pennsylvania Regional Conv.**

November 14th - 16th, 2014  
"Celebrate the Journey: Serenity XXVIII"  
Seven Springs Mountain Resort  
Campion, PA 15622 .



### Представление статей в Информационный бюллетень

Приветствуется написание статей членами Нар-Анона. Пожалуйста, сосредоточиваетесь на программе и делитесь вашим опытом, силой и надеждой. Присылайте статьи [newsletters@nar-anon.org](mailto:newsletters@nar-anon.org). Каждая представляемая статья до ее публикации должна сопровождаться подписанной формой "[Разрешения на публикацию» Release Form.](#)

\*\*Дата представления статей для следующего выпуска: 20 октября 2014 г.\*\*

**Nar-Anon World Service  
Headquarters  
22527 Crenshaw Blvd. #200B  
Torrance, CA 90505  
Website: [www.nar-anon.org](http://www.nar-anon.org)  
Email: [wso@nar-anon.org](mailto:wso@nar-anon.org)  
Phone: (310) 534-8188  
or (800) 477-6291**