

## Послание от нашего исполнительного директора

### Единство благодаря служению

ВЦО Нар-Анона столкнулся с множеством проблем, включая нехватку персонала, закрытие офиса из-за COVID-19 и выполнение заказов на литературу. Правда состоит в том, что 2020 год привел многих к осознанию того, что жизнь никогда не будет больше такой, какой была прежде. Итак, сегодня речь идет о том, чтобы двигаться вперед и продолжать выполнять нашу главную задачу — помогать семьям наркоманов.

Во всем мире содружество Нар-Анона сплотилось для достижения этой цели. Мы изучаем и находим альтернативные способы проведения собраний наших групп. Очень помогли члены Нар-Анона, которые поделились не только своим опытом, силой и надеждой, но и технологиями, которые могут быть использованы для связи с нами.

С наступлением 2021 года члены Нар-Анона во всем мире были восхищены помощью и поддержкой Нар-Анона.

В апреле многие из нас будут присутствовать на Всемирной конференции обслуживания (ВКО) в качестве делегатов, заместителей делегатов и наблюдателей. ВКО 2020 года была отменена и перенесена на 2021 год из-за пандемии. Технологии дадут нам возможность объединиться и обеспечить связь участников конференции со всего мира.

Нам по-прежнему нужна помощь и поддержка. Я надеюсь, что вы подумаете о служении в Нар-Аноне на уровне группы, области, региона или даже в ВЦО. Это программа «мы», и я благодарна и признательна многим, кто стоит рядом со мной, помогая Нар-Анону продолжать расти. Как всегда, я благодарна всем за то, что позволили мне быть полезной.

С благодарностью,

Кэти К., ВЦО Нар-Анона

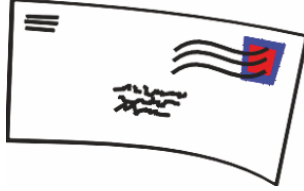
#### В этом выпуске:

<a href="#">Письмо о завершении отношений</a>	<a href="#">2</a>
<a href="#">Принципы выше личностей</a>	<a href="#">3</a>
<a href="#">Делюсь своим опытом, силой и надеждой</a>	<a href="#">4</a>
<a href="#">Страница о наставничестве</a>	<a href="#">5</a>
<a href="#">Работа по Первой Традиции</a>	<a href="#">6</a>
<a href="#">Уголок комитета. Делимся литературой</a>	<a href="#">7</a>
<a href="#">События</a>	<a href="#">8</a>

До скорой  
встречи!

**Всемирный Совет попечителей по  
обслуживанию (ВСП)  
Всемирный центр обслуживания  
(ВЦО) и  
Исполнительный директор  
Круглый стол содручества**





Члены  
Нар-Анона  
делятся

## Письмо о завершении отношений

Когда я начал работать по программе, я не чувствовал себя комфортно, размышляя о Высшей Силе, как я Ее понимаю. Я вырос в религиозном государстве с воспитанным чувством страха перед Богом. Завершив Первый Шаг и признав, что я бессилён перед наркоманом и моя жизнь стала неуправляемой, я был готов ко Второму Шагу. После того, как я поделился с наставником своим нежеланием мириться с Богом, которого я знал ранее и с которым жил прежде, наставник предложил мне написать моему прежнему Богу письмо о завершении отношений с ним и обретении нового.

Моему прежнему Богу, как я Его понимал:

Это мое письмо к Тебе о завершении отношений. Когда я начал применять и понимать концепцию Высшей Силы, Ты встал у меня на пути. Ты судишь меня и заставляешь постоянно сомневаться в моей ценности, «достаточно ли я хорош» для Тебя и для всего мира. Из-за этого страха и отчаяния я начал обижаться на Тебя и сомневаться, существуешь ли Ты.

В моей жизни я обретаю новую Высшую Силу, как я Ее понимаю. Настоящим письмом я завершаю отношения с Тобой и обретаю новую Высшую Силу, которую я постепенно начинаю узнавать.

Моя новая Высшая Сила:

- Будет любить меня таким, какой я есть, за ошибки, которые я уже совершил, и за ошибки, которые я сделаю в будущем.

- Будет слушать меня, даже когда я злюсь.
- Не имеет свода правил и не будет угрожать или пугать меня, заставляя поступать правильно.
- Покажет мне на примере других, что значит иметь счастливую и полноценную жизнь.
- Продолжит создавать мне ситуации, с которыми, на мой взгляд, я не справлюсь; Она покажет мне, что я могу справиться с ними.
- Поможет мне молчать и слушать, сесть, сложив руки, смирить сердце, и поможет мне наступить на свое эго.
- Будет любить меня, когда я делаю ошибки, и позволит мне признать свои ошибки и принять их.
- Покажет мне, что меня любят, что я достоин любви, я важен.

Я слышал в своей группе, что Высшая Сила предпочла бы, чтобы мы кричали и вопили, чем вообще не разговаривали. Я рад сообщить, что официально завершил отношения со своей прежней Высшей Силой и обрел новую.

\$  
Support  
Nar-Anon

Пожертвования сократились, и Нар-Анону нужна ваша помощь, чтобы пережить нынешнюю бурю. Пожалуйста, подумайте о пожертвовании сегодня, чтобы поддержать наших сотрудников в ВЦО, которые отвечают на телефонные звонки, печатают и отправляют литературу, и оказывают помощь группам Нар-Анона по всему миру. Зайдите на [www.nar-anon.org](http://www.nar-anon.org) прямо сейчас!



ПОМОГИТЕ НАМ  
РАССКАЗАТЬ  
О НАШЕЙ  
ИСТОРИИ!!

Летописцы обращаются к содружеству\* за вашим опытом, который поможет записать историю Нар-Анона, особенно то, что относится к 1967 году, когда Нар-Анон только начинался. Если вы можете помочь по следующему вопросу, пожалуйста, напишите нам на [nfqscribes@gmail.com](mailto:nfqscribes@gmail.com)

**КТО** (если известно), открыл первые группы или провел первые собрания в вашем регионе? **КАК** назывались эти группы? Существуют ли эти группы и по сей день? **КОГДА** в вашем регионе или районе прошло первое собрание группы? **ГДЕ** (в каком месте) эти группы собирались? **КАК** летописцы могут связаться с первыми членами таких групп/собраний, чтобы получить от них информацию?

**И НАКОНЕЦ**, если у вас есть исторические факты о Нар-Аноне или история, связанная с историей Нар-Анона, которой вы бы хотели поделиться, пожалуйста, дайте нам знать. Спасибо!



\*Комитет, специально созданный для изучения истории Нар-Анона

## Только сегодня...

- Только сегодня я могу злиться и расстраиваться, но я не буду идти на поводу у этого. Я открою свою книгу ДОСН, буду читать и медитировать. И это тоже пройдет.
- Только сегодня я приму то, где я нахожусь, и буду благодарен за мою программу Нар-Анону.

Члены  
Нар-Анона  
делятся



## Принципы выше личностей

### ДВЕНАДЦАТАЯ ТРАДИЦИЯ:

*Анонимность – духовная основа всех наших Традиций, постоянно напоминающая нам ставить принципы выше личностей.*

### Традиции, размышления на сегодня

«В группах Нар-Анона мне всегда рады, я знаю, что у меня есть здесь поддержка и любовь. Программа сегодня существует благодаря тем, кто пришел раньше меня, и их готовности следовать Традициям. Сегодня я внесу свой вклад, поставив принципы выше личностей и придерживаясь Традиций, которые помогают сохранить эту программу для тех, кто еще только находится на пути к ней» \*.

Мы с наставником много раз обсуждали фразу «принципы выше личностей». Многие мои вопросы о зависимых близких, о служениях сводятся или возвращаются к этой теме.

Я выросла в деструктивной семье, в которой превыше всех был только один член семьи. Если он хотел чего-то именно так, а не иначе, из-за страха, сомнений или по привычке, то все делалось именно так. Насколько я помню, так было в четырех поколениях нашей семьи. Запугивание и доминирование со стороны одного члена заменяли и лидерство, и руководство. Это стало благодатной почвой для того, чтобы я поставила моих близких, страдающих наркозависимостью, их нужды и нужды других выше моих собственных. То есть все было наоборот, личности были выше принципов.

Когда я не находила безусловной любви, я старалась отвечать условиям и требованиям других людей, чтобы чувствовать себя любимой. Если я поставлю их превыше всего, они смогут хоть немного меня полюбить. Недостатки моего характера возни-

кают из-за того, что я подстраиваюсь и сгибаюсь, чтобы соответствовать этим нездоровым ожиданиям. В моих недостатках нет ничего постыдного, потому что я делала все, что могла. Это было мое ложное эго, мое нездоровое «я». Теперь, когда у меня есть программа, у меня есть и безопасное место для работы со своими дефектами и инструментами, в том числе «ставить принципы выше личностей».



На собрании по изучению Традиций один мудрый член Нар-Анона сказал, что служение выявляет недостатки нашего характера. Я узнала, насколько верным было это утверждение!

Если бы сегодняшнее собрание было моим последним, оно продолжилось бы и без меня, без ОДНОГО члена. Один человек не создает и не разрушает правду и магию собраний.

Заблуждение о собственной уникальности – это вера в то, что я настолько особенная, что никто не может понять меня или помочь мне. В служении это может означать мою уверенность, что я единственная, кто может выполнять эту работу. Это тема контроля, недостатков характера и личности, которая ставит себя выше принципа единства в Нар-Аноне. Ценность в том, что на собраниях, в служении, у меня есть безопасное место, чтобы выучить эти уроки, сделать свои ошибки и при этом быть принятой. Это прекрасная почва для роста. Мы здесь ради друг друга.

Служение поднимает много вопросов о «принципах выше личностей»:

- Достаточно ли я силен, чтобы отстаивать принципы Нар-Анона,

даже если мой соратник или друг по Нар-Анону не согласен? Или я боюсь потерять их одобрение? Могут ли они говорить со мной о том же самом?

- Кормлю ли я свое эго? Или чье-то еще эго? Ищу ли я чье-то одобрения или любви?
- Если я высказываю свое мнение или голосую, поддерживаю ли я своих друзей или руководствую Высшей Силой?
- Приму ли я чью-то сторону против члена Нар-Анона, к которому я безразличен или которого пока просто не понимаю? Того, кто задел меня или причинил боль МОЕМУ эго? Объединюсь ли я против него?
- Живу ли я в иллюзии собственной уникальности, будто правила, применимые ко всем остальным, не применимы ко мне?
- Считаю ли я другого члена Нар-Анона своей Высшей Силой? Поощряю ли я других считать меня своей Высшей Силой?

Это трудные вопросы.

Но наша программа предлагает духовное решение для этих трудных вопросов, для путаницы, которая может возникнуть по поводу «принципов выше личностей», и для того, чтобы понимать, как я могу повлиять на наркоманию в моей семье. Я начинаю смотреть на свои мотивы более ясным взглядом. Я учусь отдавать ситуацию своей Высшей Силе, прорабатываю свои Двенадцать Шагов, применяю Двенадцать Традиций, приношу это своему наставнику, служу Нар-Анону и общаюсь с другими членами за пределами собраний.

[...продолжение на странице 4](#)



Члены  
Нар-Анона  
делятся

## Делюсь своим опытом, силой и надеждой

Когда мы впервые узнали о зависимости нашей дочери, мы были раздавлены. Мы всегда гордились тем, какая дружная у нас семья. Мы вместе проводили отпуска, каждое воскресенье были семейные ужины, и всегда были в курсе дел друг друга, удач и неудач. Мы были поражены, когда узнали, что она употребляет наркотики. Первые признаки мы стали замечать примерно за месяц до этого. Мы понимали, что что-то не так, но не знали, что именно. Она всегда была очень упрямой, своевольной и всегда откровенной.

Мой муж и я испробовали все, чтобы избавиться ее от наркотиков. Мы предприняли все усилия, чтобы информация о детоксе и ребцентре не вышла за пределы семьи. Но это не сработало. Тогда, в конце концов, мы сделали выбор: выгнали ее из дома и запретили ей работать в нашем семейном бизнесе.

Я была в полном раздрае и практически на грани нервного срыва, когда решила пойти на мое первое собрание группы Нар-Анона. Моя зависимая рассказала мне о нем. Она видела листовку в церкви, куда она изредка ходила на собрания программы «Двенадцать Шагов».

В первый вечер, когда я пришла на собрание Нар-Анона, меня встретили дружелюбно. Одна дама

пригласила меня сесть рядом с ней. Я тут же почувствовала единение с ней и с группой. В тот вечер я уходила с собрания с чувством, что эти люди знают, с чем я столкнулась, и что я не одинока. Я пошла домой и рассказала мужу о собрании, спросила мужа, не хочет ли он пойти со мной на следующей неделе. Муж ответил, что не нуждается в собрании, не он же зависимый. Когда на следующей неделе он неохотно все же пошел со мной, он тоже сразу почувствовал единение с группой. После этого мы продолжали посещать собрания каждую неделю.



В первый год я ни разу не высказывалась на собрании. Я приходила, занимала свое обычное место и просто слушала, и наблюдала. Иногда были

слезы, иногда улыбки и смех, иногда боль за новичков, когда они рассказывали свои истории, но никогда не было осуждения.

Работа по программе Нар-Анона помогла мне научиться, как вести себя с моей зависимой. А я тоже была зависима от моей дочери. Она во многом контролировала мою жизнь. Если она была несчастна,

несчастны были все. Многие годы мы ходили на цыпочках. Работа по программе дала мне инструменты, как установить здоровые границы для себя. Я узнала, что значит отстраниться с любовью. Я научилась не реагировать моментально, а остановиться и проанализировать мои мотивы. Это сократило споры.

Благодаря приходу в Нар-Анон и работе по Шагам я научилась сохранять мир и покой в моей жизни. С этим новым приобретенным опытом и силой я смогла вести собрания, и со временем организовала новую группу в моем районе. Мой муж меня очень поддержал в этом начинании. Это успешная группа, и она продолжает расти. Я хотела бы сказать, что наша зависимая выздоровела, но, увы, это не так. Она скончалась в феврале 2020 года от передозировки, после того как прошла назначенную судом 21-дневную программу реабилитации.

Я продолжаю служить и нести весть Нар-Анона всем, кто обращается за помощью.

[...начало на странице 3](#)

## Принципы выше личностей

Чем больше я это делаю, тем яснее для меня становится понятие «принципы выше личностей», тем более осозанным становится мое поведение. С благодарностью я все лучше устанавливаю границы, свои отношения с наркоманом, мои

взаимоотношения с программой и понимаю мою роль в служении Нар-Анону. Я помогаю сохранить программу здоровой для тех, кто пришел после меня.

\* ДОСН, 1 февраля, стр. 32.

### Представление статей в информационный бюллетень

Пожалуйста, поделитесь своим опытом, силой и надеждой с содружеством. Присылайте статьи по адресу: [newsletters@nar-anon.org](mailto:newsletters@nar-anon.org). Каждая представляемая к публикации статья должна сопровождаться подписанной – [Copyright Release Form](#)

**\*\*Последняя дата представления статей для следующего выпуска: 20 апреля 2021 года\*\***



Эта новая рубрика создана для того, чтобы рассказывать о тех особенных отношениях, которые называются наставничеством. Здесь мы сможем поделиться опытом наставничества и познакомимся с опытом других наставников и подопечных. Пожалуйста, отправляйте свои записи на электронную почту [newsletters@nar-anon.org](mailto:newsletters@nar-anon.org) и читайте эту страницу в каждом новом выпуске «Обрести душевный покой».

## Как работать по Шагам

... продолжение (смотрите «Обрести душевный покой», выпуск за декабрь 2020 г.)

### Десятый Шаг:

*Продолжали самоанализ и, когда допускали ошибки, сразу признавали это.*

Когда мы приходим в Нар-Анон, то обнаруживаем, насколько мы охвачены влиянием наркомании. Погруженные в пучину отчаяния от зависимости наших близких, мы ищем выход. И Шаги оказываются тем выходом, который мы искали. Мы выбираемся из пучины, пройдя первые девять Шагов. Десятый Шаг – один из трех Шагов развития, который позволяет нам удержать достигнутый прогресс и обеспечить дальнейшее развитие. Это наша страховка от того, что мы снова не прыгнем и не упадем в пучину зависимости.

Действие Десятого Шага – это проживать Шаги с Первого по Девятому каждый день. Когда возникают проблемы, мы сразу признаем свое бессилие, напоминая себе, что Бог может вернуть нам здравомыслие. Тогда мы берем паузу, просим помощи и препоручаем свою волю Богу, как мы его понимаем. Потом мы проводим самоанализ наших ошибок и дефектов характера, которые снова проявились. Мы признаемся в них наставнику или другу по выздоровлению. После того как мы признали свои ошибки, мы смиренно просим свою Высшую Силу избавить нас от дефектов, которые приносят нам боль. Наши наставники помогают нам понять, должны ли мы возместить ущерб, и если да, то мы делаем это незамедлительно.

**Действие:** проводить анализ дня по Десятому Шагу. Мы выполняем его подходящим только для себя способом. Обращаем внимание на дефекты характера, которых следует остерегаться, и добавляем противоположные действия, которые следует практиковать. Обращаем внимание на то, с чем есть трудности: забота о себе, неучастие в сплетнях или обращение за помощью к другим. Вот пример анализа:

- Разговаривал ли я сегодня с членом Нар-Анона?
- Контролировал ли я?

- Был ли я расстроен?
- Был ли я испуган?
- Что я сделал сегодня, чтобы поставить себя на первое место?
- Вмешивался ли я в дела других?
- Жаловался ли я и играл ли роль Бога?



**Одиннадцатый Шаг:** *Старались через молитву и размышления совершенствовать нашу духовную близость с Богом, как мы Его понимаем, молясь лишь о познании Его воли и даровании силы для исполнения ее.*

Опыт! Одиннадцатый Шаг – это наша возможность испытать силу Бога в нашей повседневной жизни. Каждый день мы ищем возможность улучшить наши взаимоотношения с Высшей Силой. Мы строим их, основываясь на вере, доверии, понимании, готовности, самоотдаче, преданности, дисциплине и действии.

### Молитва

**Действие:** Молитва – это способ разговаривать с Богом, как мы его понимаем. Чтобы улучшить свою молитву, изучите письменные молитвы других людей. Соберите свои молитвы в записную книжку, чтобы использовать их в своей повседневной жизни. Чтобы пойти дальше, начинайте и заканчивайте каждый день устной или письменной молитвой.

### Медитация

**Действие:** пробуйте много разных типов медитаций. По крайней мере десять разных типов. Так мы накапливаем опыт. Медитация – это не теория. Это действие, и мы посвящаем себя поиску того типа, который подходит нам. Мы продолжаем исследовать разные типы медитаций, пока не найдем наилучший.

[...продолжение на странице 6](#)

**Подписка на электронные версии информационного бюллетеня**

Бесплатная подписка на электронные версии «Обрести душевный покой»  
На сегодняшний день подписались более **5000** членов Нар-Анона!



[...продолжение со страницы 5](#)

## Как работать по Шагам

### Совершенствовали нашу духовную близость с Богом

**Действие:** напиши план, как совершенствовать свою духовную близость с Богом. Затем живи по нему. Например: «Я начну свое утро с того, что напишу письмо Богу и, собираясь на работу, послушаю одухотворяющую музыку. Во время стресса я возьму паузу и попрошу Бога дать мне силы и указать конкретное действие, которое нужно предпринять. В середине дня я буду медитировать, чтобы получить руководство. Я буду писать каждый вечер инвентаризацию, размышляя о своем характере, словах, действиях и мыслях в течение дня».

#### Девизы:

Воля Бога ненавязчива.

- Если я готов отпустить результат, я действую по воле Бога.
- Боже, дай мне силу выполнять Твою волю, даже если это не моя воля.
- ВЕРА - поиск полезной идеи.
- Если Бог приведет меня к этому, Бог проведет меня через это.
- Нет Шага, который гласит: «...а потом мы поняли это».

**Двенадцатый Шаг:** Достигнув духовного пробуждения, к которому привели Шаги, мы старались нести весть другим людям и применять принципы программы во всех наших делах.

Двенадцатый Шаг – это наша благодарность за то, что мы получили.

Изменение. Это побуждает нас отдавать то, что было так щедро дано нам. Передача нашего опыта работы по Шагам жизненно важна для нашего ежедневного выздоровления.

Мы несем послание другим членам Нар-Анона, когда мы:

- Говорим ДА на просьбу Нар-Анона нести служение.

- Говорим ДА на приглашение поделиться нашей историей.
- Говорим ДА на предложение быть наставником.
- Говорим ДА телефонным звонкам между собраниями групп.

Практика – это акт повторения. Некоторым из нас сначала было сложно понять и применять принципы выздоровления. Вскоре мы обнаружили, что чем больше мы их использовали, тем проще они были в использовании. То, что сначала казалось трудным, со временем становится второй натурой.

**Действие:** невозможно применять принципы во всех наших делах, не зная, что они собой представляют. Напишите список принципов, девизов и инструментов Нар-Анона, которые нужно использовать каждый день.

**Действие:** прочитай литературу, одобренную конференцией Нар-Анона (ЛОК): «Как стать наставником в Нар-Аноне» и «Вопросы о наставничестве».

- Какие вопросы ты можешь задать потенциальному подопечному?
- Как вы будете с ним работать: еженедельно, лично, виртуально, по телефону?
- Как долго вы будете встречаться: 1 час, 90 минут, 2 часа?
- Каким наставником ты хочешь быть?
- Молись о том, чтобы быть эффективным наставником.
- Задавай другим членам Нар-Анона вопросы о том, как они несут служение наставников.

**Действие:** читай ЛОК. Пометь страницы и инструменты, которыми можно поделиться с подопечным или членом Нар-Анона, когда они сталкиваются с трудностями. Пример: «Если ты не отпустишь, здравомыслие не вернется к тебе».

## Работа по Первой Традиции

**Первая Традиция:** Наше общее благополучие должно стоять на первом месте; личное выздоровление для большинства из нас зависит от единства.

«Я думаю, что ты оставляешь кого-то вне «нашего общего благополучия», - сказала мой наставник, когда мы работали по Первой Традиции.

Я была озадачена. Я думала, что хорошо поработала. Я узнала много способов, которым могла бы следовать для общего благополучия, и много способов, которыми могла бы способствовать общему благополучию. «Кого я забыла?» «Себя», - ответила она.

О, это верно. Я - часть группы. Мои потребности и желания - часть общего благополучия. Теперь я понимаю, что должна

подумать о том, что лучше для всей моей группы, включая меня, прежде чем говорить, занимать определенную позицию или делать что-то. Мне не нужно забывать о своих потребностях, а нужно видеть их так же, как потребности других членов.

Во время разговора наставник объяснила ключевую роль Традиций Нар-Анона в развитии и укреплении наших групп. Я поняла, что несу ответственность перед своей группой, своим регионом и Нар-Аноном в целом. Я не подумала об этом. А ты?

Наставник также отметила, что то, что работает для групп Нар-Анона, также работает для семей и рабочих коллективов.

[...продолжение на странице 8](#)

## Уголок Всемирного комитета обслуживания



### Комитет по информированию общественности



#### Пополнение? Присоединяйтесь к нам в работе по информированию общественности!

Вы заинтересованы в работе по информированию общественности? Готовы расширить свои обязательства по служению? Всемирный комитет по информированию общественности может идеально вам подойти. Выступая в качестве ресурса, помогающего нести послание надежды Нар-Анона по всему миру, комитет разрабатывает литературу, материалы и стратегии для повышения осведомленности общественности о семейных группах Нар-Анона. Чтобы увидеть, как эта работа обрела форму, зайдите на страницу по информированию общественности (Outreach) и страницу веб-сайта Нар-Анона Рецензирование содружеством (Outreach section), чтобы просмотреть ресурсы/источники информации, разработанные комитетом. Работа

продолжается. Мы приглашаем вас присоединиться к нам, поскольку мы создаем видение того, что будет дальше.

Комитет собирается в Zoom в третье воскресенье каждого месяца в 15:00 по восточному времени. Собрания длятся один час, на них обсуждается текущая работа, новые проекты и ставятся задачи. Между собраниями член комитета или небольшая рабочая группа готовит повестку собрания. Приглашаем вас рассмотреть возможность присоединения к этой совместной работе.

Есть вопросы? Хотите получить больше информации? Готовы изучить возможности обслуживания во Всемирном комитете по информированию общественности? Электронная почта [outreach@nar-anon.org](mailto:outreach@nar-anon.org)

### Комитет по сайту



Всемирный комитет по сайту проводит круглый стол в субботу, 3 апреля, чтобы обсудить «доступность и анимированность в печатных изданиях и на сайтах». Пожалуйста, зайдите на страницу События ([Events](#)) на сайте Всемирного обслуживания, чтобы получить информацию о собрании.

### Делимся литературой с новичками

Буквально в прошлом году, многие новички на своем первом собрании получали пакеты новичков. Некоторые пакеты включали экземпляр Голубого буклета. В некоторые был вложен список номеров телефонов членов группы. Затем мы переместились в виртуальное пространство. Что же нам теперь делать?

- Мы можем дать новичкам ссылку на магазин Нар-Анона, чтобы они покупали литературу: <https://nar-anon-webstore.myshopify.com/> (ПРИМЕЧАНИЕ РЕДАКТОРА ПЕРЕВОДА: перевод литературы можно приобрести <https://shop-naranon.ru/>).
- Мы можем дать новичкам ссылку на замечательную литературу Нар-Анона, которую можно скачать бесплатно: <https://www.nar-anon.org/outreach> и <https://www.nar-anon.org/service-literature> (ПРИМЕЧАНИЕ РЕДАКТОРА ПЕРЕВОДА: перевод литературы по информированию общественности <https://naranon.ru/sluzheniya/outreach/>, по обслуживанию – <https://naranon.ru/literatura/literatura-po-obsluzhivaniyu>).
- Мы можем сказать им, что электронные версии *Голубого буклета*, *ДОСН* и некоторых других материалов можно приобрести и скачать мгновенно (ПРИМЕЧАНИЕ РЕДАКТОРА ПЕРЕВОДА: речь идет о приобретении электронных версий литературы на английском языке).

Что мы не можем делать, так это копировать литературу Нар-Анона и отправлять ее новичкам по почте. Мы не можем делать ксерокопию всей страницы ДОСН и отправлять ее всем членам группы по электронной почте. Мы не можем распечатывать понравившиеся нам части из Голубого буклета и отправлять их электронной почтой новичкам. «Авторское право на литературу и сама литература, одобренная конференцией Нар-Анона (ЛОК), включая литературу для выздоровления, литературу и материалы по обслуживанию и информированию общественности, принадлежат Центру СГН (NFGH, Inc.). Категорически воспрещается копировать литературу, переуступать кому-либо право на нее или переиздавать литературу, защищенную авторским правом, без письменного на то разрешения»\*. Мы не можем печатать наши собственные долларовые купюры. Мы не можем сделать ксерокопию долларовой банкноты и отправить ее другу, чтобы они могли ее распечатать. Мы также не можем делать фотокопии или отправлять литературу Нар-Анона электронной почтой.

Но что, если мы просто покажем нашу личную копию литературы Нар-Анона на экране во время собрания? Многие группы делают так. Например, член группы может купить электронную копию ДОСН, а затем отобразить принадлежащую ему копию на экране во время собрания. Помогаем ли мы этим новичкам следовать программе? Или мы потворствуем новичкам и говорим им, что им не нужно покупать, читать или изучать нашу литературу, потому что мы можем сделать это за них?

\* *Руководство по всемирному обслуживанию СГН, 2018-2020, стр. 26.*

## Ближайшие события

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

Последняя  
страница

### In the Spirit of Cooperation:

#### Nar-Anon and NA Web-Based

March 2, April 13, May 4, 2021

#### *Sharing our Individual Stories*

Email for Updated Times & Zoom Info

[InTheSpiritOfCooperation@gmail.com](mailto:InTheSpiritOfCooperation@gmail.com)

### What Can and Cannot be Shared

March 6, 2021 **Web-Based**

#### *Workshop to Discuss Screen*

#### *Sharing Nar-Anon Literature*

8 am PST, 11 am EST, 4 pm GMT, 7 pm

Moscow

*Watch for Details!*

### Website Roundtable

April 3, 2021 **Web-Based**

#### *Accessibility and Anonymity in Flyers and Websites*

6 am PDT, 9 am EDT, 5:30 pm Iran,

4 pm Moscow

[Zoom Link](#)

[WebCommittee@Nar-Anon.org](mailto:WebCommittee@Nar-Anon.org)

### World Service Conference (WSC 2021)

April 30 to May 3, 2021

#### **Growth Through Service**

Contact [wscconference@nar-anon.org](mailto:wscconference@nar-anon.org)

or [wso@nar-anon.org](mailto:wso@nar-anon.org)

### Nar-Anon East Coast Convention 7

**Rescheduled to March 18-20, 2022**

#### *On the Road to Recovery*

Wyndham Garden Philadelphia Airport

45 Industrial Hwy, Essington, PA 19029

Contact [ECC7chairs@gmail.com](mailto:ECC7chairs@gmail.com)

[www.naranonepa.org](http://www.naranonepa.org)

[...продолжение со страницы 6](#)

## Работа по Первой Традиции

Укрепление моего понимания, как способствовать общему благополучию групп Нар-Анона, помогает мне также в каждом коллективе, частью которых я являюсь, включая мою семью.

Первая Традиция помогает мне более полно осознать, как Нар-Анон снабжает меня принципами для жизни всю мою жизнь. Теперь я работаю над тем, как помочь коллективам, частью которых я являюсь, достичь большего единства. На мой взгляд, единство укрепляется каждый раз, когда мы проводим инвентаризацию группы и честно обсуждаем мнение каждого члена, уважая все голоса и внимательно прислушиваясь к тем, с кем изначально были не согласны. Каждый раз, когда мы ограничиваем свое высказывание по времени, чтобы у всех был шанс высказаться. Каждый раз, когда на собраниях мы используем литературу Нар-Анона. Каждый раз, когда мы участвуем в региональной или национальной конвенции. Каждый раз, когда мы применяем принципы Нар-Анона. Каждый раз, когда мы проявляем смирение и терпение по отношению к себе и другим. Каждый раз, когда мы берем паузу и позволяем Высшей Силе руководить нами. Каждый раз, когда мы ... (заполните пробел сами), мы способствуем единству.

Что еще? Ну, я все еще в пути к более полному пониманию Первой Традиции. А вы?

### Step By Step Workshop

Every 2nd and 4th Wednesday

**Web-Based**

#### *12—Step Virtual Workshop*

5 pm PDT, 8 pm EDT, 12 am GMT

[Zoom Link](#)

Contact [Mtcake15@gmail.com](mailto:Mtcake15@gmail.com) or

[loischez@gmail.com](mailto:loischez@gmail.com)



Nar-Anon Family Groups'

Nar-Anon World Service

Headquarters

23110 Crenshaw Blvd. #A

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

### 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 вашим событием, то отправьте флаер события в формате pdf на адрес: [events@nar-anon.org](mailto:events@nar-anon.org)

