

# Unidade & Serviço

Revista da Região Nordeste

Narcóticos Anônimos

Edição 1 - Ano I - Novembro 2017



**APADRINHAMENTO**

**UNIDADE E SERVIÇO**

# EDITORIAL

É com muita gratidão que o Subcomitê de Unidade e Serviço da Região Nordeste de Narcóticos Anônimos nos traz a primeira edição da revista Unidade & Serviço. Convidamos a todos os nossos membros a ler, colaborar, divulgar e celebrar conosco este momento de troca de experiências e crescimento espiritual. Muitos de nós já ouvimos alguns de nossos membros falar sobre unidade e de como ela é importante para a sobrevivência de nossos grupos, estruturas de serviço e recuperação pessoal, contudo não podemos esquecer que unidade não significa uniformidade e que um dos nossos maiores tesouros de NA está em nossa diversidade. Nesta edição, usamos o nome de nossa revista como tema principal e buscamos através da diversidade de nossa irmandade trazer experiências das comunidades da Região. Ainda nesta edição vamos falar de alguns dos nossos grupos mais antigos em nossa comunidade, sobre nossos comitês de serviço, a importância do apadrinhamento e sobre os eventos que aconteceram e muitos outros que ainda vão acontecer. Pensamos em cada momento desta edição como uma maneira de partilharmos nossas experiências com os passos e o serviço de NA e, de como tudo isso está diretamente ligado ao nosso crescimento em recuperação, esperamos que você encontre nestas páginas o mesmo sentimento de gratidão que encontramos ao realizar este serviço.

José A.

*Gostaríamos de contar com a participação de todos os membros de nossa comunidade, podem ser partilhas específicas sobre algum tema que desejar ver em uma das nossas edições ou em respostas a algum tema publicado em alguma de nossas edições. Os textos enviados não devem ultrapassar o número de 30 linhas, conter o seu nome, cidade e contato. Lembre-se que nos reservamos o direito de editá-los. As fotos enviadas também serão apreciadas para que o anonimato dos nossos membros seja preservado.*

*Contato: [unidadeeservico@yahoogrupos.com.br](mailto:unidadeeservico@yahoogrupos.com.br)*



# Conteúdo

EDITORIAL	2
UNIDADE & SERVIÇO	3
NOSSOS GRUPOS	4
SEGUINDO OS PASSOS	5
ACONTECEU...	6
COMITÊ DE SERVIÇO	7
PARTILHAS PESSOAIS	8

## Associações para Comitês de Serviços da Região Nordeste (ACS - Nordeste)

Foi Formalizado a Associação para Comitês de Serviços da Região Nordeste ACS - NE, em 13 de Maio de 2013. É o escritório de Narcóticos Anônimos no Nordeste do Brasil, ou seja, é uma entidade sem fins lucrativos nem intuito político, criado por tempo indeterminado, tendo como sede atual o escritório localizado na Rua 39, 244 Casa C, CEP nº 61900-650, Bairro Conjunto Jereissati I, cidade de Maracanaú, no Estado do Ceará.

CSA'S	14
REUNIÕES SEMANAIS	267
GRUPOS	128
MÉDIA DE REUNIÕES POR CSA	19,07
MÉDIA DE GRUPOS POR CSA	9,14
MÉDIA DE REUNIÕES POR GRUPO	2,09
Temos 20 Linhas de Ajuda dentro de nossa Região	
MÉDIA DE LDA'S POR CSA	1,43

# UNIDADE & SERVIÇO

## ...ou Anonimato e Amor

Olhando por baixo dos cílios ele chega, na maioria das vezes com sua melhor roupa ou a última que restou, desconfiado; e um de nós levanta e vai ao seu encontro, indica a garrafa de café, e uma cadeira bem localizada, em suas partilhas todos repetem que ele é pessoa mais importante naquela reunião, explicamos a Tradição Três e na maioria das vezes, ele timidamente levanta a mão... palmas, chaveiro branco, quase sempre uma partilha emocionada daquele que escolhido para entregar o chaveiro. Movimentos livres, risos sem nenhuma repressão, e uma espontaneidade nas palavras que parecem proferidas por oradores profissionais, junte-se à essa maneira de ser, o brilho nos olhos, que reflete toda a alegria de poder dizer para aqueles, que os olham atentamente, que existe um local em que eles adquiriram essa nova maneira de viver, que pode servir para eles também; que este local é simples, livre e gratuito.

Cinco horas da manhã, mostrando uma disposição quase impossível à hora, o último da turma embarca no carro, o sonho de um grupo lá naquela localidade, naquele rincão é realidade, sabem que deverão estarem cheios de amor, pois os membros inexperientes com o serviço da Irmandade daquele lugar, é quem irão levar o grupo adiante, mas que a mensagem de recuperação de NA, deverá ter o mesmo teor, a mesma profundidade, o mesmo alcance de qualquer outro grupo do mundo. Sem ar professoral, mas com a paciência dos grandes mestres, explicam demoradamente como funciona um grupo, e deixam claro que esse é o maior serviço que a Irmandade dispõe.

*Aplicando o método dos Doze Passos para viver, das Doze Tradições para conviver e Doze Conceitos para servir, compreendemos a Unidade como sendo anonimato*

Vestidos impecavelmente, e diante deles sentados e concentrados, vários profissionais da saúde, da justiça, da educação, escutam os relatos daqueles – que na maioria ainda muito jovens, mostram o método onde foi possível encontrar uma recuperação, estável e duradoura, que pode ser usado por qualquer um que tenha problemas com drogas. Esperando mais um que não sabemos de onde virá, qual seu sexo, sua preferência sexual, seu nível social, sua religião, encontramos um daqueles que timidamente levantou a mão, e hoje vai receber um chaveiro de tempo limpo, e com uma alegria que não consegue esconder, nos diz que era um daqueles internos, onde o H&I fez um painel; e não raramente, a festa fica completa, quando outro com ares de desconfiança chega e diz que foi encaminhado por um profissional que nos conheceu em algum IP.

Finalmente aplicando o método dos Doze Passos para viver, das Doze Tradições para conviver e Doze Conceitos para servir, compreendemos a Unidade como sendo anonimato, não de sem nome,

mas de abrir mão da personalidade, entendemos o Serviço como sendo gratidão, um dos maiores componentes do amor, e finalmente focalizando as semelhanças, vamos construindo uma Irmandade, em que a mensagem vai chegando cada vez mais longe, e com menos ruído, uma mensagem límpida, uma mensagem simples, muito simples que diz apenas: um adicto, qualquer adicto, com base nesse programa, pode parar de usar, perder o desejo de usar e encontrar uma nova maneira de viver.



# NOSSOS GRUPOS

## História do Grupo Milagres Acontecem

O Grupo Milagres Acontecem é o grupo de NA mais antigo do Piauí. Foi criado no dia 24 de junho de 2006 por 3 membros de nossa comunidade e ainda hoje se localiza no salão paroquial da igreja Capelinha de Palha em Teresina. Na sua abertura o grupo contou com o apoio de 2 membros de São Luís e com o apadrinhamento da comunidade de São Luís e de Fortaleza.

Foi determinante para o rápido desenvolvimento do grupo, sua filiação ao antigo CSA do Sol, pois, nos primeiros anos, o grupo teve participação ativa, tendo representação na reunião do CSA a cada 2 meses e pôde contar com muita experiência da comunidade de Fortaleza. Também foi fundamental o compromisso dos membros que toda semana levavam a mensagem de NA, por meio de apresentações em escolas, colagens de cartazes nas sextas-feiras, apresentações aos sábados em uma clínica. Não havia subcomitês e os mem-

brós faziam os serviços o melhor que podiam.

Em 2007, o grupo Milagres Acontecem já contava com 5 reuniões semanais, muitos ingressos e uma ótima frequência de membros nas reuniões. Em 2008, o grupo abriu um braço de IP e um de LDA com o intuito de expandir os serviços.

Ainda em 2008, o grupo continuou crescendo e membros do Milagres Acontecem abriram outros grupos de NA. Em 2009, o grupo enviou seu representante para participar da abertura de um grupo de NA em Parnaíba.

Atualmente, o grupo tem apenas uma reunião por semana, tem uma baixa frequência e está aguardando membros de boa vontade para dar continuidade aos serviços do grupo. Se você vier a Teresina não deixem de visitar nosso grupo Milagres Acontecem, todos serão bem vindos. Só por hoje funciona!



Foto atual da sala onde foi fundado o Grupo Só Por Hoje

## Primeiro grupo de NA no Maranhão.

Nas décadas de 1980 e 1990, já existiam em São Luis grupos de toxicônomos Anônimos, mas os grupos não duravam muito tempo de portas abertas, fechavam e reabriam em outros locais da cidade. Quando isto acontecia os membros dos grupos procuravam ajuda em outros programas de recuperação.

No ano de 2001, certo companheiro regressa da cidade do Rio de Janeiro para sua cidade natal São Luís e procura por grupos de Narcóticos Anônimos para dar continuidade em sua recuperação, ao visitar o site da irmandade encontra um endereço que indica um grupo no Bairro do Monte Castelo e o nome do grupo era Só por Hoje, segundo o site. Ao chegar ao local é informado que ali nunca funcionou um grupo de Narcóticos Anônimos. É então orientado a pedir informações ao padre da paróquia e assim fez. O padre lhe disse que na igreja funcionava apenas um grupo de outra irmandade e indicou um membro desse grupo para que o companheiro pudesse ter alguma informação. Através desse membro o companheiro conseguiu o número de telefone do membro que estava com todo material do grupo o qual se encontrava fechado e o material foi entregue ao companheiro. Com ajuda deste mesmo padre o companheiro é orientado a procurar o padre da paróquia da Igreja dos Remédios, no centro

da cidade. Por sua vez, o padre o põe em contato com um senhor que era bem articulado com a Arquidiocese e com muitos membros de AA. Desse contato resultam duas consequências. Da primeira, uma sala é cedida e os materiais foram guardados e o companheiro começou a entrar em contato com os antigos membros: uns estavam na AA, outros faziam parte de igrejas, alguns mudaram de cidade e outros recaídos. Da segunda consequência, é marcada a reabertura do grupo nesta mesma igreja. No dia 01/05/2001, o grupo realizou sua primeira reunião com a presença de cinco membros, essa é a quantidade que o companheiro lembra, mas segundo ele havia mais, apenas um dos membros que estavam na abertura do grupo morreu seis meses depois. As reuniões eram terças e quintas-feiras, às 7h da noite. O grupo Só Por Hoje funcionou por 11 anos neste local. Em julho de 2012, o grupo mudou de local para uma igreja também no centro da cidade e começou a funcionar aos sábados e domingos. A sala onde o grupo funcionava foi solicitada por alguns membros que faziam parte da estrutura de serviço do CSA para abrir outro grupo. Atualmente, funciona o grupo Renascer neste local. Não deixem de visitar o nosso grupo Só Por Hoje quando vier a São Luís. Só Por Hoje Funciona!

# SEGUINDO OS PASSOS

## Como preencher o vazio?

Assim que admiti que sou impotente perante a adicção e que minha vida tinha se tornado incontrolável, foi relativamente fácil perceber como eu preenchia meu vazio: com o uso de drogas. Ocorre que tal uso foi o ápice da minha insanidade, já que, mesmo antes do uso, eu já tentava inconscientemente preencher meu vazio com coisas externas.

“Cometer os mesmos erros esperando resultados diferentes” é a definição de insanidade mais conhecida por nossos membros. Entretanto, muitas das vezes, eu já tinha uma boa noção dos resultados. E mais: usar pessoas e coisas externas para consertar o que estava errado em mim foi minha maior insanidade. Quase todos os meus relacionamentos (ou arremedos de relacionamento) tiveram essa característica. Eu achava que era feliz porque normalmente tinha um “troféu” para exibir; para mostrar para os outros que eu seria capaz de conquistar várias mulheres. Fiz tanto isso, que perdi as contas de quantos relacionamentos (pseudo) afetivos tive. O sexo, na maioria das vezes acompanhado do uso de drogas, também era só mais uma tentativa de me deixar feliz. E assim foi com tudo que fiz na ativa: bens materiais – pra preencher vazio; farras: pra preencher vazio; drogas: pra preencher vazio...tudo pra preencher vazio...

Só há um problema. Como preencher um vazio que eu sinto, que está dentro de mim, com coisas que estão fora? Impossível! Perceber isso foi uma das dádivas que recebi em Narcóticos Anônimos. O vazio não se preenche de fora para dentro, mas sim de dentro para fora. Portanto, praticar o programa, seguindo princípios, como Aceitação e Mente Aberta, por exemplo, são formas de preencher esse vazio. Eis o propósito do segundo passo.

M. A.



# ACONTECEU...

## Fórum de Relações Públicas Sub Comitê de Eventos CSA Asa Branca.

**I**nciamos o projeto do Fórum de Relações Públicas através de ideias surgidas após nossa participação no Fórum Nacional de Serviços realizado aqui em Recife em 2016. Lançamos a ideia através de uma moção que foi aprovada na reunião de área do CSA Asa Branca e também tivemos o apoio do Longo Alcance da Região Nordeste.

Pensamos em envolver estruturas de serviços de RP do Nordeste e de outras partes do país para que apresentassem seus serviços, como estavam sendo realizados; as experiências adquiridas com os serviços, com o intuito de oportunizar a troca de experiências entre as estruturas.

Um fator que foi dado muita importância e ao qual tínhamos como fundamental pra realização do evento foi que conseguimos realizar com o menor custo possível dando a oportunidade de Recém Chegados, membros sem experiências no serviço e servidores com pouca experiência tivessem a oportunidade de

participar, despertando ou aumentando a atração pelos serviços de Narcóticos Anônimos.

Tivemos não só a participação de representantes de 5 CSA's do Nordeste e um CSA de Santos/SP, mas também a participação do DR da CSR Nordeste e de uma representante do SRTL da CSR Nordeste.

O resultado foi um número considerável de Recém Chegados e membros novos no serviço; muita troca de experiências e um sentimento de gratidão.

Hoje já percebemos a colheita dos frutos desse evento. Uma disposição maior dos servidores que já estavam nos serviços e uma maior procura e interesse de novos servidores e recém-chegados com os serviços de Relações Públicas. Obrigado pela oportunidade de servir a Narcóticos Anônimos.

Muita gratidão. Sub comitê de eventos - CSA Asa Branca - CSR Nordeste.



# COMITÊ DE SERVIÇO

## A Esperança de Maceió

**E**ra uma noite de 2006, quando cheguei àquele lugar. Me fora dito que lá havia esperança e alívio para o meu problema. Já havia tentado várias fórmulas, nada me custava tentar mais uma. Afinal, horas antes, aqueles dois membros que haviam visitado a psiquiatria onde me encontrava, disseram que era gratuito este método e que nada me seria exigido, apenas sugerido.

Assim cheguei a Narcóticos Anônimos, ao Grupo Fonte de Luz, na Cidade de Maceió - único Grupo de NA em funcionamento no Estado de Alagoas àquela época. Havia existido antes dele o Grupo Resgate, que teria fechado e não mais funcionava (toalha deste grupo existe até hoje no nosso subcomitê de materiais). Literaturas do extinto TA (Toxicômanos Anônimos) e batidas policiais faziam parte do cotidiano daquele extinto Grupo, conforme relatos.

Nesse momento, daremos um salto temporal para falar mais especificamente sobre a expansão da Irmandade no Estado de Alagoas e da posterior fundação do CSA Esperança.

Algum tempo depois, com a chegada de mais alguns membros, foi crescendo dentro de cada um de nós um sentimento de "dar de volta aquilo de graça recebemos" e outros membros vieram a se empenhar em esforços de serviço, mais especificamente do H&I, através da transmissão de experiência dos poucos companheiros que já o realizavam, mesmo que de forma experimental.



Um grande e importante passo para nosso crescimento se deu através de três fatos que acreditamos merecerem citação aqui: Primeiramente, o apoio do CSA Base (BA), primeira fonte de ajuda recebida, através de acesso às literaturas e alguns materiais, que naquele tempo eram escassos em nossa comunidade. Em segundo lugar, o contato com os grupos mais próximos de Alagoas, especificamente do Estado de Pernambuco, com a visita de alguns companheiros(as) pernambucanos(as), em nosso primeiro contato com aquilo que mais tarde viríamos a conhecer como Longo Alcance. O terceiro e decisivo momento que contribuiu para esta evolução se deu através da ideia de uma integração entre 5 cidades de 4 Estados do Nordeste, que não possuíam Comitês de Serviço e se encontravam distantes geograficamente dos polos em que NA já vinha se desenvolvendo. Através desse projeto (RENAJOCAM), pudemos fazer contato e trocar experiências com companheiros de Natal(RN), Campina

Grande e João Pessoa(PB) e Recife(PE). Através de fóruns de serviço itinerantes nessas cidades viemos a ter comunicação com companheiros do CSA do Sol(CE), importantes parceiros nessa fase de expansão pela qual passava NA nos estados participantes do RENAJOCAM. A ideia era formar um único CSA com as regiões envolvidas Porém atribuímos a um Poder Superior, a preparação para pouco tempo depois, de algo muito maior: O surgimento de um CSA em cada um desses locais/estados!

Simultaneamente ao desenrolar desse projeto, a Irmandade foi crescendo em número de membros. Àquela época os esforços em H&I se tornaram sistemáticos e regidos pelos manuais a que tivemos acesso nas trocas de comunicação e experiências. Pouco tempo depois foi necessária à abertura de Novos Grupos em Maceió, tamanha quantidade de novos membros a chegar. Foram então abertos, no intervalo de poucos meses entre um e outro, os grupos Libertar e Rendição. Tínhamos então, nesse momento, os requisitos necessários à formação do que viria a ser o CSA Esperança, composto pelos grupos dos estados de Alagoas, fundado em 2008. Havia membros entre nós de naturalidade sergipana, através do qual tivemos conhecimento de grupos em Sergipe que necessitavam daquilo que possuíamos de experiência e apadrinhamento. Mais adiante, os grupos do estado de Sergipe foram assentados nessa estrutura, donde anos depois vieram a se desligar para a formação do que hoje é a estrutura do CSA Serigy, que contou com o apoio em forma de recursos ideológicos, humanos e materiais do CSA Esperança para seu início.

A mensagem da Irmandade teve seu processo de interiorização, com a abertura dos Grupos Serenidade, Grupo Coragem e do grupo Palmeirindio, dois deles nas cidades de Arapiraca e o último na cidade de Palmeira dos Índios, respectivamente. Deles, atualmente, apenas o Grupo Serenidade encontra-se em funcionamento. Reputamos a continuidade deste Grupo ao intenso trabalho de Longo Alcance Realizado pelo CSA, onde houve visitas mensais a este Grupo durante um ano, culminando em uma grande ação de IP.

A esta altura, vários Comitês de Serviço de Área surgiram, naquela região onde houve o RENAJOCAM: CSA Serigy, Asabranca, Extremo Oriental, entre outros. Dessa forma, o que antes era o CSA do SOL transformou-se em Núcleo e Surgiu então de um esforço conjunto o Atual Comitê de Serviços Regional Nordeste (CSR Nordete), estrutura onde o CSA esperança viria posteriormente pedir assentamento, desde seu início.

Atualmente, o CSA Esperança conta com 05 grupos, 04 na capital Maceió e 01 na cidade de Arapiraca, funcionando em Formato de Quadro Único, e conta com dois eventos em seu calendário anual: O Encompassos (08 edições já realizadas) e o dia Mundial da Unidade (recentemente incluído em nosso calendário anual). Foram realizados Fóruns regionais de Serviço, Dias de aprendizado, e milhares de reuniões desde então.

Temos reuniões todos os dias, com 17 reuniões semanais, o que era o sonho dos membros quando do início deste relato, alimentando e devolvendo o sonho de muitos que ainda hão de chegar que, assim como nós, atravessando a porta do grupo e encontrando a esperança de uma nova maneira de viver, terão suas vidas salvas através desta Irmandade. Afinal, somos o CSA Esperança.

Maceió, Alagoas - Anônimo - Agosto de 2017



# PARTILHAS PESSOAIS

## APADRINHAMENTO

**A** ferramenta mais poderosa do programa de Narcóticos Anônimos (NA), através dela concretiza-se o valor terapêutico de nossa irmandade: um adicto ajudando outro!

Sou W.G., adicto limpo e sereno, só por hoje, em recuperação há 11 anos. Nesta minha caminhada já tive 3 padrinhos, que foram (e são) verdadeiros seres de LUZ na minha vida. Graças à troca de experiências destes, consegui acreditar, aprender, entender e praticar este programa e mudar a minha vida um dia de cada vez. Com aproximadamente 1 ano na irmandade, após algumas sugestões e leituras sobre apadrinhamento, pedi a um companheiro para me ajudar neste processo de mudança e ser meu Padrinho com o qual trabalhei o 1º passo e entendi sobre a doença, impotência, negação e reservas. Pude, assim, alicerçar a minha recuperação em princípios e iniciar a missão mais nobre de minha vida, servir à NA no seu propósito de levar a mensagem ao adicto que ainda sofre.

Saí da rua direto pra um grupo de NA, cheio de raiva, ressentimentos, frustrações, desconfiança, baixa autoestima, com os valores todos invertidos, totalmente autossuficiente e dono da verdade. Naquele momento inicial, seguir sugestão de outra pessoa foi a maior crença que tive na irmandade.

Abrir os meus segredos mais ocultos e baixar a minha defesa natural para outro adicto foi e é a maior demonstração de amor a mim até hoje. Através desta ferramenta superei as minhas maio-

res dificuldades e vivenciei os momentos mais felizes da minha vida.

Desse modo, pude perceber que estava vivendo recuperação e no caminho certo. Quando recebi de Deus a oportunidade de fazer pelo o outro o que fizeram por mim, fui convidado para ser Padrinho. Inicialmente, fiquei com medo e receio, porém meu Padrinho ensinou-me que este relacionamento é baseado em amor, e que não somos profissionais; só precisaria passar a minhas experiências positivas e negativas embasadas nos princípios espirituais de nossa programação. Tenho 4 afilhados atualmente.

Hoje a relação com meu Padrinho e Afilhados são sólidas e honestas, pois buscamos sempre compreensão e empatia, porém com assertividade.

Em NA não existe recuperação individual e confiar em todos é insanidade. Tenho amigos, companheiros, afilhados e somente um padrinho. Entender a diferença entre estes resultou em cumprir a vontade de Deus.

Continuo o meu processo de mudança e prática de programa. Hoje meu padrinho tem menos tempo de irmandade e recuperação do que eu, porém possui um entendimento de NA e experiências que para esta relação é o que importa.

Se permita vivenciar esta relação de amor, tenha um padrinho e seja padrinho!

W.G.

*“ESSE CARA ME ENSINOU A AMAR MEU GRUPO DE ESCOLHA FORTE !!!”*

**M**eu nome é E.D., adicta em recuperação, limpa agradecida e muito feliz por esse milagre que vem se repetindo em minha vida há 03 anos, 07 meses e 20 dias, mas ciente que o dia mais importante é o dia de hoje!

Ao chegar à minha primeira reunião de Narcóticos Anônimos vocês me disseram que eu era a pessoa mais importante daquela reunião, me abraçaram e me sugeriram que continuasse voltando. Nos dias que se seguiram a essa primeira reunião, obedeci à sugestão e continuei retornando.

Naquelas primeiras reuniões - hoje consigo compreender- a sementinha do serviço já estava sendo plantada.

Inicialmente fui amadrinhada por uma companheira que todos os dias ao me convidar para a reunião sempre chegava com um bom tempo de antecedência. Ela mesma não servindo aos grupos me sugeria auxiliar ao secretário na arrumação da sala, literatura etc.

Pouco tempo depois, quando levantei a mão para meu primeiro encargo, e fui aceita pelo nosso P.S, recebi a dádiva de não só, ser uma servidora, como também ganhei de presente o meu primeiro padrinho de serviço.

Um companheiro especial, de uma maneira muito “subliminar”, começou a me sugerir algumas coisas que poderia fazer. Putz, muito mágico me lembrar de tudo isso! Esse companheiro me di-

zia sempre para chegar com uma antecedência maior ao horário da reunião. Primeiramente, para poder de fato arrumar a sala (lavar o chão, quando necessário), arrumar com cuidado as cadeiras, cuidar do ambiente e da literatura.

ESSE CARA ME ENSINOU A AMAR MEU GRUPO DE ESCOLHA FORTE!

Esse mesmo companheiro, também me sugeriu, que como estava chegando bem antes do horário, que depois de tudo estar organizado, eu poderia começar a me envolver com a literatura, lendo os ip's, folhetos, ir conhecendo a programação.

Putz, novamente: ESSE MESMO CARA ME MOSTROU COM ESSA SUGESTÃO QUE EU PODERIA COMEÇAR A CONHECER A PROGRAMAÇÃO E PRATICÁ-LA EM MINHA VIDA.

Mas esse companheiro não apenas me sugeriu. Ele foi o servidor que durante todo o tempo do meu primeiro encargo, sempre esteve ao meu lado, pois juntos, arrumávamos a sala para a reunião. Ele começou a me ensinar que para poder servir, antes, eu poderia estabelecer contato com meu P.S e fortalecer nossos laços. Hoje, procuro abraçar nossos novos servidores, assim como ele fez comigo. Arrumando, auxiliando nos relatórios, sugerindo a leitura, e principalmente, servindo lado a lado.

Agradeço muito ao companheiro A. por te me apresentado o verdadeiro amor de NA!

## Continuei a voltar porque acreditei em cada um de vocês

**E**u sou uma adicta em recuperação e, estou limpa exatamente há dois anos. Tenho muito para escrever hoje, mas acredito que só consigo escrever aquilo que me vier ao coração, por isso antes de continuar vou fazer a Oração da Serenidade e peço aos que me leem que a façam também.

Há dois anos eu me encontrava em uma vida que não tinha mais pra onde ir senão aos famosos três lugares: cemitério, cadeia ou clínica. Mas encontrei Narcóticos Anônimos. Na primeira reunião senti o clima de recuperação na mesma hora em que entrei na sala. E continuei a voltar. Continuei a voltar, a princípio, porque não tinha mais perspectiva de vida. Mas também continuei a voltar porque acreditei em cada um de vocês, que estavam me dizendo que havia vida após as drogas. E que essa vida podia ser feliz. Que haveria momentos difíceis e momentos fáceis, e que eu ia aprender, um dia de cada vez, a passar por todos eles sem precisar usar, tudo isso, repito, um dia de cada vez, vivendo só por hoje. Eu venho aprendendo com vocês que hoje eu sou capaz de fazer boas escolhas para minha vida, de aprender a perdoar mais, julgar menos e a ouvir mais o outro ao invés de apenas a minha própria voz. Mas sou capaz, hoje, principalmente, de amar mais. Gratidão a todos vocês que fazem parte dessa irmandade!

A.F.



## Primeira reunião de H&I

**M**eu nome é L.L., sou uma adicta em recuperação e estou limpa há 1 ano, 6 meses e 20 dias. A minha primeira reunião de H&I foi no Subcomitê de Relações Públicas (RP) da nossa comunidade, onde temos o que é chamado de estrutura guarda-chuva, ou seja, o Subcomitê de RP realiza todas as atividades de IP, H&I, LDA e LA. Fui por curiosidade, pois queria me envolver mais com a Irmandade. Depois de um mês frequentando as reuniões, fui convidada a participar como ouvinte de um painel de IP. Porém, no dia painel, acabei partilhando, pois um dos oradores faltou. Fiquei muito nervosa, pois não tinha experiência como oradora e o painel era para adolescentes em uma escola pública. Mas, no final, saí com uma sensação muito gostosa, pois pude presenciar o impacto positivo da mensagem de NA. A partir desse dia, me apaixonei por esse serviço e nunca mais parei.

Cresci muito em recuperação e tive inclusive a oportunidade de partilhar em painéis em outras cidades, até mesmo numa unidade prisional. Servir o RP tem me ensinado a manter a mente aberta e me mostrou um sentimento mais amplo da expressão "tamo junto", pois, apesar de sermos poucos, estamos sempre unidos e temos conseguido atender cinco instituições, realizando oito painéis de H&I por mês.

E agora, um novo desafio se apresenta para mim: vou começar a fazer treinamento para ser líder de painel, para podermos atender instituições femininas. Tem sido fundamental para o meu crescimento em todas as áreas da minha vida servir o RP. Houve momentos em que pensei em desistir, mas os companheiros não desistiram de mim e continuaram me incentivando. Por não ter desistido, tive o privilégio de presenciar o ingresso de adictos que ouviram a mensagem de NA nos painéis que realizamos e de vê-los continuar voltando. E eu vou continuar voltando e servindo, pois sinto que dar de graça o que recebi de graça é uma das maiores dádivas da recuperação em NA. Gostaria de aproveitar para convidar os companheiros que, quando visitarem São Luís, venham trocar experiências conosco nas reuniões do nosso Subcomitê de RP.

Tamo junto, só por hoje funciona!

L.L.

## Qualidade de Vida

**O**lá, sou R.L., adicto limpo e sereno hoje! Não uso drogas há 11 anos, 8 meses e 29 dias. Estou servindo a esta irmandade desde os primeiros meses limpo (menos de 90 dias).

O serviço foi, está sendo e sempre será um referencial em minha recuperação. Foi através do serviço que se fez necessária à busca por um padrinho, envolver-me com a literatura de NA e sentir-me parte dessa grande "qualidade de vida" que é nossa irmandade. O serviço deu-me suporte e entendimento do que é se recuperar em NA; É algo mais do que somente ficar abstinência. O serviço estreitou os laços que nos unem e mostrou-me inúmeros benefícios para meu crescimento espiritual e maturidade nos relacionamentos.

Servir NA é sinônimo de gratidão e responsabilidade por minha vida e dos adictos que ainda sofrem nos horrores da doença da adicção.

R.L.

# **PROBLEMAS COM DROGAS?**

**NÓS PODEMOS AJUDAR.  
PROCURE**



## **Narcóticos Anônimos**

---

NA é uma irmandade ou sociedade sem fins lucrativos, de homens e mulheres para quem as drogas se tornaram um problema maior. Somos adictos em recuperação, que nos reunimos regularmente para ajudarmos uns aos outros a nos mantermos limpos. Este é um programa de total abstinência de todas as drogas.

[www.na.org.br](http://www.na.org.br)