



## Сила содружества

На несколько конференций в докладе о повестке конференции (ДПК) были представлены предложения одобрить использование молитвы других содружеств. Однако на Всемирной конференции обслуживания в 2014 году (ВКО 2014) было принято решение: создать молитву по запросу членов Нар-Анона, представить окончательную версию на ВКО 2016 и одобрить её ВКО 2018. Молитва была создана и одобрена групповым сознанием Всемирного содружества Нар-Анона. Теперь существует молитва, как и литература, одобренная конференцией (ЛОК), для использования в группах.

*"Высшая Сила, руководи мной и направь на путь к умиротворению и душевному покою. Помогни мне избавиться от своеволия и препоручить мою жизнь твоей заботе".*

## В этом выпуске:

<a href="#">ВКО 2018: Мнение наблюдателя</a>	<a href="#">2</a>
<a href="#">Размышляя над моим выздоровлением</a>	<a href="#">3</a>
<a href="#">Путешествие матери благодаря наркомании</a>	<a href="#">4</a>
<a href="#">Доверие к Высшей Силе. Работа по программе</a>	<a href="#">5</a>
<a href="#">Ожидания</a>	<a href="#">6</a>
<a href="#">Уголок комитета</a>	<a href="#">7</a>
<a href="#">Ближайшие события</a>	<a href="#">8</a>

## Сталкиваясь с реальностью

Мой старший сын страдает от ужасной болезни наркомания. Четыре года назад, после того как он получил травму спины и был без работы в течение года, мы пригласили его жить с нами. Мы думали, что поможем ему встать на ноги финансово, но вскоре узнали, что он зависим от наркотиков и алкоголя, и мы только потворствовали ему. За эти годы жизни с нами ему становилось всё хуже, а мы всё больше теряли надежду вернуть наш прежний домашний уклад и нашу собственную жизнь.

Это катание на американских горках привело меня в Нар-Анон три года назад, и я учусь отпускать.

Сегодня я стремлюсь принять то, что я бессильна перед сыном. Если он выбирает уйти из программы реабилитации, то это не моё дело, это решает он и его Высшая Сила.

Такова реальность: сын выбирает не быть в программе выздоровления. Но, по крайней мере, он ушёл из нашего дома и живёт самостоятельно, и я высоко оцениваю его усилия пусть медленно, но изменять свою жизнь к лучшему тем способом, каким он может.

Я учусь с состраданием любить его таким, какой он есть, не пытаюсь сделать его таким, каким, я думаю, он должен быть. Я ежедневно молюсь за него, читая молитву о душевном покое с его именем, и прошу Бога даровать ему спокойствие принять то, что он не может изменить, мужество изменить то, что может, и даровать ему мудрость отличить одно от другого.

Благодаря моей группе Нар-Анона я могу стремиться изменить своё отношение и свои реакции на ситуацию.

*[Продолжение на странице 3 ...](#)*



# “Выздоровление, Единство, Служение”

Члены  
Нар-Анона  
делятся

## 2018 Всемирная конференция обслуживания

### Мнение наблюдателя

В апреле этого года я имела честь впервые стать наблюдателем на Всемирной конференции обслуживания 2018 года. Я боялась ехать и хотела отступить много раз. Я никого лично не знала, но напонила себе, что, посещая собрания групп Нар-Анона, всегда чувствую себя как дома. Всемирная конференция обслуживания (ВКО) не стала исключением. Члены Нар-Анона приветствовали меня с добротой, вниманием и улыбкой, делились воспоминаниями о своей первой конференции: что понравилось, что узнали нового, какой опыт приобрели на ВКО.

На меня произвело впечатление использование Правил Роберта фасилитатором конференции, который имел опыт служения в

параллельных содружествах. Рабочая нагрузка была большой, и все участники конференции мобилизовались, чтобы закончить вовремя.

В служении обретаешь друзей на всю жизнь, это я поняла по атмосфере, которая царилa на конференции. Члены Нар-Анона со всего мира, собравшись вместе, объединились для общего блага Нар-Анона. Участники конференции задавали вопросы, обсуждали и вносили поправки в предложения. Делегаты

## Вдохновение

часто акцентировали внимание конференции, на том, что они представляют групповое сознание

своего региона. Каждый раз, когда это происходило, я чувствовала дух и голос членов домашней группы, которые физически не находились в зале. Перевернутая пирамида структуры Нар-Анона была живой и работающей.

Часто в эти дни конференции моё сердце наполнялось благодарностью к членам Нар-Анона, которым доверено служение, за их постоянную преданность семейным группам Нар-Анона. Требуется много рук и ещё больше опыта, чтобы заботиться о нашем содружестве и развивать его.

Опыт ВКО 2018 вдохновил меня взять служение за пределами группы. Сегодня я буду стоять у двери, чтобы вдохновлять и ободрять других.

## Размышляя над моим выздоровлением

Когда на ВКО я выписываю чек пожертвования по числу лет, проведенных мной в Нар-Аноне, я размышляю над иронией этого. В течение моего первого года я думала: «Неужели я действительно должна продолжать делать это?» Меня немного злил этот вопрос. Я при этом была вполне уверена, что знаю ответ.

Во второй год я побывала на своей первой конвенции. Я встретила людей вне своей родной группы, которые стали моими большими друзьями, включая женщину, ставшую моим

первым наставником. Я не спросила её на конвенции, но предполагаю я уже тогда знала, что наша дружба на всю жизнь, потому что я действительно спрашивала её об этом после.

Много лет прошло с тех пор, и сегодня я благодарна, что не срываюсь в гнев, благодарна программе Нар-Анона, моему наставнику, собраниям группы и друзьям из Нар-Анона, список которых слишком длинный, чтобы перечислять всех в этой статье. Сегодня я знаю, что буду делать это всю оставшуюся жизнь. Я понимаю,

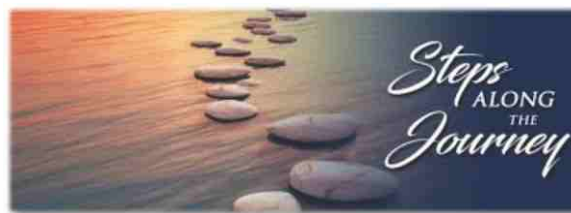
что если не буду выздоравливать, то отношения с моей употребляющей наркотики любимой дочерью будут совершенно другими, чем сегодня. И через несколько недель, когда поведу её к алтарю, я тоже буду



«Сегодня я знаю, что можно быть счастливой, если замечать хорошее в своей жизни и быть благодарной за это. Я могу отпустить негативные мысли и перестать думать о плохом. Моя Высшая Сила будет заботиться обо мне так же, как Высшая Сила наркомана заботится о нём».

*ДОСН, 13 февраля*

Члены  
Нар-Анона  
делятся



## Путешествие матери к выздоровлению

Единственное, что мы можем изменить или контролировать — наше отношение. Я слышу эти слова почти на каждом собрании группы Нар-Анона. Для меня это самая главная мысль в молитве о душевном покое и, поверьте мне, для того, чтобы изменить своё отношение, нужны годы тренировок. «Продолжайте ходить на собрания», «Программа работает, если работаешь ты» и «Делай как будто» — вот девизы, по которым я жила, чтобы этому научиться.

По своему опыту обнаружила, что после того, как я изменила свое отношение, включив в него благодарность, я стала привлекать больше позитивных людей. Люди хотели познакомиться со мной, общаться со мной, проводить со мной время из-за моего здорового и позитивного вида. Те, кто хотел меня использовать, злоупотреблять мной, разрушать морально или сливать на меня свой негатив и всякую чушь, удивлялись тому, каким человеком я становилась, и менее охотно пересекали мои недавно установленные границы. Сын стал гордиться моим изменившимся поведением и чувствовать себя более комфортно, общаясь со мной честно, и наши новые способы общения способствуют его выздоровлению. Мы наконец-то в одной лодке и не пытаемся вырвать друг у друга руль. Мы стали уважать путешествие друг друга, и, хотя наши дороги идут параллельно, мы понимаем, что они полностью личные и каждый движется своим темпом.

Я думаю, что изменения начались, когда я начала искать моё собственное выздоровление и раскрыла свою уязвимость. Мои секреты, стыд и вина больше не давили на меня так, как раньше, когда они были спрятаны внутри меня. Они перестали быть обезьянкой на моём плече или слоном в комнате и стали частью моей личности. Меня успокаивает то, что я могу пойти на собрание группы Нар-Анона и поделиться абсолютно всем, и это будет

принято без осуждения или критики. Это очень воодушевляет, это моя первая попытка действительно отпустить. Стыд в моей жизни заменяется исцелением.

Столько всего стало вставать на свои места! И я стала словно шестым чувством ясно и глубокомысленно замечать ежедневные чудеса и послания Бога. Я нахожу намного больше красоты в природе и людях. Эта красота была всегда, но заглушалась моим поспешным безрассудным поиском ситуаций, которые я должна контролировать — кто же кроме меня?! Теперь я больше слушаю и нахожу смысл в том, чем делятся со мной люди, осознаю, что я не одинока в своих каждодневных проблемах; я вовсе не снежинка. Я чувствую себя как скаковая лошадь после бегов, с которой впервые за всю её жизнь сняли шоры, и она смогла увидеть мир целиком.

Моя жизнь в выздоровлении теперь не сосредоточена только на наркомане, но именно он стал её причиной. Из-за наркомании моего сына я была вынуждена посмотреть на саму себя внимательно и осознать, что изменение должно быть только во мне и моими стараниями. Я больше не чувствую, что являюсь причиной его зависимости, взамен я поддерживаю его выздоровление. Для меня теперь в порядке вещей заботиться о себе и ставить себя на первое место. Я отвечаю только за себя и впервые за свою жизнь, я себе нравлюсь — какой я стала и какой могу стать. В то же время я благодарна за своё прошлое. Моё путешествие сделало меня такой, какой я стала, и подтверждает то, что я нахожусь именно там, где и должна быть. Завтра превратится в сегодня достаточно скоро, и если я буду беспокоиться и переживать, что же будет завтра, я могу пропустить нечто прекрасное сейчас. Я больше не боюсь хаоса, который завтрашний день может принести с собой, а жду завтра с предвкушением чуда. Я буду оставаться сильной в моём выздоровлении и вере.

## Сталкиваясь с реальностью

[Продолжение со страницы 1 ...](#)

Я учусь менять негативное мышление на позитивное: день за днём, только сегодня, отстранившись с любовью, с верой в мою Высшую Силу. Несколько полезных инструментов я имею в моём распоряжении.

Я регулярно хожу на собрания групп Нар-Анона, читаю ежедневно литературу и часто использую молитву о душевном покое. Сейчас я посещаю группу по изучению Шагов и несу служение казначея группы.

Реальность  
такова:



Я должен изменить свое поведение и отношения, чтобы иметь умиротворение и спокойствие. Только себя я могу изменить.



## Доверие к Высшей Силе

11-ый вопрос Третьего Шага: «Верю ли я, что Высшая Сила может помочь наркоману, или мне до сих пор кажется, что я могу спасти его?» \*

На протяжении всего этого процесса я всегда верила, что моя Высшая Сила может спасти наркомана. Проблема была в том, станет ли Она это делать. Тот факт, что Высшая Сила может это сделать вовсе не означает, что Она это сделает и точно в соответствии с моим расписанием. Я всегда чувствовала, что Она может помочь, но по каким-то своим причинам предпочитает не делать этого. Так однажды я решила, что раз Она не собирается помогать, то это должна сделать я. Это решение привело меня к безумному контролирующему поведению.

## Работа по программе

На этой неделе мой сын чуть не умер от отравления наркотиками. После того как доктора два дня делали всё возможное, чтобы спасти ему жизнь, он ушел из госпиталя в поисках новой дозы наркотиков. Я пережила массу чувств — от злости до тревоги, и наконец, отчаяния.

День за днём мой сын убивает себя, а я ни черта не могу поделаться. Я хожу в Нар-Анон более года, и я слышала, что это программа работает. Я должна работать по программе, я не спорю. Эта программа действительно работает, но будет ли она работать для меня?

Это не то, чего я хочу. Я хочу, чтобы мой сын был здоров и счастлив, и был бы частью нашей семьи. А вместо этого у меня наркозависимый ребенок, который является изгоем. Я не собираюсь сидеть здесь и говорить, что всё нормально, потому что это не так. Это разбивает моё сердце, и я не знаю, поможет ли работа по

Сперва я думала, что сын употребляет из-за каких-то моих действий и попыталась стать абсолютно другим человеком. Потом я подумала, что нужно найти способ вылечить его, и старалась предоставить ему любую возможную помощь. Я начала читать книги в поисках решения, потому что полагала, что могу контролировать зависимость. Именно тогда я придумала целый свод правил, которые наркоман, конечно же, нарушал, все и каждое.

Мой приход в Нар-Анон и познание того, что не я являюсь причиной болезни, что я не могу ее контролировать и не могу вылечить помогло мне понять, что я ничего не могу сделать, чтобы изменить то, что

происходит с моим сыном. Даже если моя Высшая Сила захочет помочь моему зависимому по-своему, а не моему расписанию, не означает, что я должна брать на себя Её роль.

Третий Шаг помог мне осознать, что у моего сына есть своя Высшая Сила, которая ему помогает, и я больше не думаю, что могу спасти его. Бывают моменты, когда мне страшно дать событиям идти своим чередом и положиться на Бога, но я напоминаю себе: не я являюсь причиной этого, я не могу контролировать и я не могу лечить это.

\* «Нар-Анон 36»

программе уменьшить чувство потери, которое я сейчас испытываю. Тем не менее, я сижу здесь и работаю по программе, потому что это единственное, что я могу сделать. Я хочу это изменить, но я не могу. Я хочу кричать, но не могу. Я хочу ударить или разбить что-нибудь, но вместо этого я сижу здесь и полна решимости измениться. У меня ощущение, как будто я получила утешительный приз, а не тот, который хотела.

Ладно, хватит жалости к себе, мне нужно работать по программе. Я



записала все чувства и случаи негативного своего поведения за прошедшие три года и составила список инструментов Нар-Анона, которые могу использовать в этих случаях. Я использую и то, и другое,

когда провожу выборочную проверку и ежедневную инвентаризацию. Например, то, через что проходил мой сын на этой неделе, вызвало у меня целую гамму реакций, которые я превратила в потенциальные смски ему. Из 20 возможных смс я послала только одну. В нашей литературе это называется выборочной проверкой: немедленно остановиться, чтобы оценить своё отношение и поведение.

Иногда сгоряча я не могу вспомнить, что должна, а чего не должна делать. В этот момент мне нужно обратиться к другому члену Нар-Анона или к Высшей Силе, или к литературе Нар-Анона. В конце дня я записываю некоторые пережитые моменты, мои чувства, поведение и инструменты или Шаги Нар-Анона, которые я смогла применить. Я стараюсь не записывать все случаи моего отрицательного поведения. Я не могу изменить то, что произойдёт с моим сыном, но я могу работать по программе.

## Члены Нар-Анона делятся

### Ожидания

Я думал, что принял то, что не имею никакого контроля над своим наркоманом. Одно обстоятельство в моей повседневной жизни противоречило этому и заставило меня понять, что я всё ещё пытаюсь контролировать его.

Я понял, что у меня есть ожидания. Я вспомнил фразу из ДОСН: «Я не контролирую и не лечу его, и у меня нет радужных планов по поводу его мгновенного исцеления».\* Я осознал: не контролировать означает не иметь никаких ожиданий.

Однако у меня всё ещё были тонны ожиданий. У меня было ожидание, что, как только мой наркоман станет чистым, он примет лучшие решения. Но он продолжал принимать плохие решения, я сердился. У меня было ожидание, что он начнет слушать меня. Это также было совершенно нереалистичным ожиданием, но я все еще продолжал ожидать, и расстраивался, когда он не слушал меня. У меня было ожидание, что он начнет уважать желания всех живущих в этом доме. В первый же день, когда он остался у нас, он

нарушил наши пожелания и лгал прямо мне в лицо. Я надеялся, что всё будет по-другому.

В то время, когда он активно употреблял, я был вынужден признать, что не могу изменить его. Теперь, когда он не употребляет, я начал пытаться изменять его или управлять им через мои ожидания.

Ожидание может быть определено как «твёрдое убеждение, что что-то случится или будет иметь место в будущем». Синонимы для слова ожидание: гипотеза, предположение, вероятность, догадка, вычисление, предсказание, надежда.

После того, как я прочитал эти синонимы, я был убежден, что не отпустил попытки управлять наркоманом. Возможно, я больше не говорю вслух, что ему делать, и не выполняю за него работу, но я был всё ещё полон предположений, что знаю, как лучше для него. Я был всё ещё полон расчётов: если бы он работал над своей трезвостью определенным способом, он остался бы трезвым. Я всё ещё предсказывал: если он



выберет карьеру фармацевта, то будет обречен. Я всё ещё имел ожидания и тонко пытался управлять через них.

Отпустить... Это чрезвычайно трудно сделать. Это должно стать моей практикой. Отпустить мои ожидания. Отпустить мои предположения. Отпустить мои вычисления. Даже отпустить мои надежды. Единственное, что я не должен отпускать, — это мою любовь к нему. Я понимаю, что отпустить — это не одноразовое действие. Отпускание должно стать моим ежедневным, ежечасным делом.

Я не могу сделать это один; не существует такой способности у меня, чтобы сделать это без помощи. У меня должны быть миллионы разговоров с моей Высшей Силой. Бог дарует мне спокойствие, чтобы принять то, что я не могу изменить: я не могу изменить прошлое своего наркомана, я не могу изменить настоящее своего наркомана, и я не могу изменить будущее своего наркомана.

*\*ДОСН, 11 февраля*

### Цитирование литературы Нар-Анона

Вы знали, что можете цитировать Двенадцать Шагов, Двенадцать Традиций, Двенадцать Концепций служения Нар-Анона, разделы «Наша цель» и «Наша задача» из Голубого буклета, когда общаетесь с другими членами Нар-Анона и с общественностью? Вы знали, что можете также использовать до 25% любой страницы, раздела или статьи из литературы, одобренной конференцией (ЛОК) в общении?

Использование ЛОК гарантирует, что все члены Нар-Анона слышат то же самое сообщение.

Используя ЛОК, всегда включайте следующие слова: «Copyright 2018 by Nar-Anon Family Group Headquarters, Inc. Используется с разрешения Центра семейных групп Нар-Анона. (NFGH Inc.)». Год Copyright (авторского права) должен показывать год издания конкретного

текста. Например, цитаты из Голубого буклета должны быть из версии, изданной в 2014 году. Для получения дополнительной информации об использовании ЛОК, пожалуйста, обратитесь к страницам 27 и 28 РВО.





## Комитет по литературе



### Список приоритетной литературы

Мы рады представить список приоритетной литературы для выздоровления 2018 года. Этот список был представлен на Всемирной конференции обслуживания 2018, где делегаты проголосовали за него. Пункты со звездочкой \* указывают, что у нас нет статей для требуемого буклета. Запросы или представление текстов для создания литературы для выздоровления приходят от содружества. Поделитесь этим списком со своими группами, областями и регионами. Мы просим членов Нар-Анона обмениваться своим опытом, силой и надеждой и присылать свои статьи. Помните, все представляемые материалы должны включать подписанную [Copyright Release Form](#). (NAR-ANON COPYRIGHT RELEASE FORM - форма отказа от авторского права на текст в пользу Центра СГН (NFGH, Inc) в соответствии с законодательством США)..

1. Традиции 1-12 для книги «Нар-Анон 36»
2. Тетрадь для Четвёртого Шага \*
3. Буклет "Традиции"
4. Концепции служения 1-12 для книги «Нар-Анон 36»
5. Родители несовершеннолетних зависимых \*
- 6 Наркомания у супругов \*
7. Наратин – Шаги 1-12
8. Что теперь? (Когда активное употребление заканчивается) \*
9. Наратин –31 день
10. Взрослые дети наркоманов \*
11. Времена года – Весна
12. После лечения \*
13. Брошюра «Седьмая Традиция» \*
14. Закладка «Только сегодня» \*
15. Истории бабушек и дедушек - семейная болезнь. Новый ежедневник
17. Закладка для Наратина «Что делать и чего не делать» \*

### Рецензируемая литература

Чем отличается присланная содружеству на рецензию литература для выздоровления и литература/материалы по обслуживанию и по информированию общественности? ([Recovery Literature for Fellowship Review and Input and Service](#) and [Outreach Literature/Materials for Fellowship Review](#))

Литература для выздоровления используется на наших еженедельных собраниях и для нашего личного выздоровления. Этот материал непосредственно используется большинством членов Нар-Анона. Материалы, присланные содружеству на рецензию, должны получить одобрение конференции, прежде чем будут использоваться на собраниях групп. Все предложения по изменению литературы, которая готовится для одобрения конференцией, должны быть отправлены до указанного срока по адресу [litcom@nar-anon.org](mailto:litcom@nar-anon.org).

Литература/материалы по обслуживанию и по информированию общественности создаются в определенных целях и не предназначены для использования на собраниях групп. Это материалы для членов, несущих служение, и не затрагивают непосредственно собрания групп. Это инструменты, которые помогают тем, кто несет служение, выполнять задачи, связанные с их служением. Все предложения по изменению текстов этой литературы должны быть отправлены во Всемирный Совет попечителей до указанного срока по адресу [botf@nar-anon.org](mailto:botf@nar-anon.org). В материалы будут внесены изменения, затем их представят на конференцию для одобрения. Эти материалы доступны для использования уже во время процесса рассмотрения.

Помните, что литература Нар-Анона не должна размещаться ни на каких веб-сайтах, ни во время её рецензирования, ни после того, как она получила одобрение конференции.

## Комитет по информированию общественности



### Совершенствуйте работу по информированию общественности!

Когда начинаются занятия в школе и приближаются праздники, наше содружество часто видит увеличение числа людей, присутствующих на собраниях групп, увеличение числа звонков на информационные телефоны области/региона и ВЦО. Почему бы не предвидеть эту потребность и заранее самим не проинформировать и не поддержать нуждающихся в нашем содружестве и тех, кто может обратиться за поддержкой?

Работу по информированию общественности можно проводить, обращаясь к руководству средней и высшей школы. Обратитесь в местный колледж. Свяжитесь со своим храмом. Подумайте, куда еще могут обратиться за помощью члены семей и родственники, на кого повлияла зависимость их близких.

Посетите страницу по информированию общественности на сайте [www.nar-anon.org/outreach/](http://www.nar-anon.org/outreach/) и скачайте сопроводительные письма, буклеты и другие материалы для работы. По опыту общения с теми, кто обращался за помощью в нашем регионе, мы знаем, что увеличивающаяся информированность общественности создает у людей уверенность, что весть Нар-Анона о надежде легко доступна им.

Имеются вопросы? Нуждаетесь в помощи в работе по информированию общественности? Электронная почта [outreach@nar-anon.org](mailto:outreach@nar-anon.org)

## Содружество



### Всемирная конференция обслуживания 2018 года

#### Приветствие председателя Всемирного Совета попечителей (ВСП)

Приветствую делегатов, заместителей делегатов, наблюдателей, персонал, фасилитатора, секретаря и попечителей на Всемирной конференции обслуживания 2018 «Выздоровление, Единство, Служение». Приветствую тех, кто уже был участником предыдущих конференций; приветствую и с пониманием отношусь к тем, кто приехал сюда впервые.

Вы слышали когда-нибудь о «тех людях»? «Те люди» не делают того или другого или «те люди» должны... Кто эти «те люди»? Кто эти люди, которых обвиняют в том, что они делают недостаточно или делают что-то не так, как нам хочется? Вчера вечером мы попросили поднять руку тех, кто приехал на конференцию впервые. Те, кто не поднял руку, и есть те самые «те люди». Я хочу мотивировать тех, кто хочет расти, чтобы они стали «теми людьми». Узнайте, кто такие «те люди», давайте станем вместе «мы», потому что мы не можем по отдельности сделать то, что можем сделать вместе.

Приведу несколько фактов о «тех людях» за цикл между конференциями 2016 и 2018 годов. Вот они:

- 10 активно работающих и отчитывающихся перед содружеством комитетов;
- 66 членов комитетов, хотя на самом деле их только 42 человека на 66 позициях, потому что:
  - \* 19 членов служат только в одном комитете,
  - \* 20 членов служат в двух комитетах,
  - \* 2 члена служат в трех комитетах,
  - \* 1 член служит в четырех комитетах,
  - \* 1 член служит в семи комитетах!

За цикл в два года комитеты затратили на своё служение как минимум 3.081 часов. Сюда не включена индивидуальная работа, которую провели члены комитетов при подготовке собраний, например, составлении повестки, оформлении протоколов, разработке и исследовании каких-либо процессов. В некоторых комитетах служит 9 человек, а в других – только 5. Какое-то комитеты собираются на один час, а в иных собрания длятся по три часа.

В течение нескольких следующих дней мы засучим рукава и будем работать. Иногда это будет сложная задача, порою мы получим духовное удовлетворение, а в иные моменты будем просто истощены. В сложные времена я прошу вас ставить интересы Нар-Анона как содружества на первое место, выше ваших личных желаний или нужд вашего региона.

Будьте осторожны с увлечением хорошей идеей, если у вас нет полной картины происходящего. Не все ваши хорошие идеи являются таковыми для Нар-Анона. Или они могут быть просто преждевременны.

Если вы не знаете, что делать, остановитесь и обратитесь к Традициям и/или Концепциям, которые помогут вам в принятии решения. Ведь речь не идет о победе или проигрыше, не о том, чтобы добиться своего... Мы говорим о Нар-Аноне в целом, о новичках, о впереди идущих и о тех, кто ещё ищет путь в Нар-Анон.

Одно из параллельных содруществ описывает принципы как «действен-

ные в той мере, в какой члены готовы выполнять их без принуждения». Другое содружество говорит, что «Традиции – не предмет для переговоров».

Наши Традиции и Концепции – это границы, и до тех пор, пока мы находимся в них, всё будет хорошо. Когда мы подбираем и выбираем, какие Традиции или Концепции мы собираемся соблюдать, и обходим те, с которыми не согласны, мы оставляем щель в двери. Кто-то может однажды, проходя мимо, открыть эту дверь, привнести в содружество то, о чем мы можем сожалеть.

Служите в течение нескольких следующих дней без своеволия или самолюбования!

Мы все слышали поговорку о двух ухах и одном рте. Истинное слушание требует специальных навыков для того, чтобы действительно услышать те идеи и тех людей, с которыми мы не согласны. «Принципы выше личностей» – это тот важный принцип, который четко сформулирован в наших Традициях, это самые последние слова нашей Двенадцатой Традиции.

Служить нашему содружеству было для меня привилегией, честью, иногда вызовом. Кроме того, вызовом, привилегией и честью стало для меня служение во Всемирном Совете попечителей. Я благодарна за эту возможность и смиренно принимаю её. И могу сказать, что рука об руку со всем Советом попечителей мы делаем всё, что можем в служении группам.

#### Представление статей в информационный бюллетень

Последний срок подачи статей для следующего выпуска **20 октября 2018** года

#### Подписка на электронные версии информационного бюллетеня

Бесплатная подписка на электронные версии *“Обрести душевный покой”*

## Ближайшие события

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



### [Pacific NW Region Nar-Anon Spiritual Weekend](#)

**September 7-9, 2018**

*Pathways to Spiritual Serenity*  
Falls Retreat Centre  
32 Falls Creek Road  
Raymond, WA 998577  
Helen 360-931-0647

### [28th Southern California Narathon September 8, 2018](#)

*I am Not Alone*  
4221 Rose Drive  
Yorba Linda, CA 92886

### [Nar-Anon Spirituality Breakfast September 15, 2018](#)

*Feed the Spirit*  
The Brass Rail Restaurant  
3015 Lehigh Street  
Allentown, PA 18103  
Tanya A. 610-295-9142  
[Registration Form](#)

### [2018 Nar-Anon Western Pennsylvania Region Convention](#)

**September 21-23, 2018**  
*Invitation to Serenity XXXII*  
Laurelville Christian Retreat Center  
941 Laurelville Lane  
Mt. Pleasant, PA 15666  
Valerie T. 412-973-7287  
[Registration Form](#)

### [High Desert Region Nar-Anon Convention](#)

**September 28, 2018**  
*Fall in with Recovery*  
Gold Coast Hotel & Casino  
4000 W. Flamingo Road  
Las Vegas, Nevada 89103  
[hdrregion@gmail.com](mailto:hdrregion@gmail.com)  
702-526-1079

### [1ra Convencion Regional Costa Rica](#)

**Octubre 6-7, 2018**  
*Desprenderse Con Amor Y Esperanza*  
Hotel Suerre  
Gupiles, Costa Rica  
[Save the date!](#)

### [MD/VA Regional Convention](#)

**November 2-4, 2018**  
*Reaching for Recovery*  
Fredericksburg Hospitality House  
2801 Plank Road  
Fredericksburg, VA 22401  
Roni 410-371-7407  
Pre-Registration Form available

### [Nar-Anon Russia Service Conference](#)

**November 3-4, 2018**  
*Freedom, Unity, Service*  
Salut Hotel  
158 Leninsky Avenue  
Moscow, Russia  
Phone 7(985) 197-09-60  
[Registration Form](#)

### [3rd Annual Colorado Nar-Anon Convention](#)

**November 3, 2018**  
Crowne Plaza DIA Hotel & Convention Center  
15500 E 40th Avenue  
Denver, CO 80237  
*Save the date!*

### [New England Region Spiritual Breakfast](#)

**November 4, 2018**  
Ocean Beach Park  
98 Neptune Ave,  
New London, CT 06320  
Steve R 860-443-8103  
[Registration Form](#)

### [New York Region 28th Annual Convention](#)

**November 9-11, 2018**  
*The Joy is in the Journey XXVIII*  
*Change Let it Begin with Me*  
The Villa Roma Resort  
356 Villa Roma Road  
Callicoon, New York 12723  
*Save the date!*

### [XIV Encontro Nacional Nar-Anon Brazil](#)

**09, 10, e 11 de novembro de 2018**  
Gran Hotel Stella Maris  
Praca Stella Maris, 200  
Salvador, BA 41600-500, Brazil  
[encontronacional2018@naranon.org.br](mailto:encontronacional2018@naranon.org.br)  
[Ficha de Inscricao](#)



Grupos Familiares  
Nar-Anon do Brasil



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

