

Reaching Out

Estendendo a Mão

Janeiro 2014



"Nossa Mensagem é Esperança e a Promessa de Liberdade."

Bem-vindo	2
Do lado de dentro	3
Do lado de fora	9
Formulário de pedido de assinatura	16

O esforço é o início de uma luta que nos tornará livres. Demolirá os muros que nos aprisionam. Um sintoma da nossa doença é a alienação e a partilha honesta nos libertará para a recuperação.

TEXTO BÁSICO, "RECUPERAÇÃO E RECAÍDA"

DO EDITOR

Bem-vindo ao Reaching Out! Se você está experimentando a recuperação do lado de dentro ou do lado de fora, este boletim informativo dos Serviços Mundiais de NA é para você. Como a nossa Literatura diz: “O valor terapêutico de um adicto ajudando outro não tem paralelo”. Reaching Out é projetado para ajudar adictos encarcerados a terem contato com o programa de NA e para melhorar os esforços de H&I.

Há duas seções: “De Dentro” é formada por cartas de adictos encarcerados compartilhando sua experiência, força e esperança como eles encontram e mantêm a recuperação da adicção através de NA. Na segunda seção, “De fora”, membros de NA do lado de fora e subcomitês de Hospitais e Instituições têm a oportunidade de oferecer sua experiência, força e esperança. Muitas destas cartas vêm de membros que estão profundamente empenhados em levar a mensagem de recuperação de NA a adictos que não podem participar de reuniões regulares. Você também poderá encontrar experiências pessoais de membros que ouviram a mensagem de NA do lado de dentro e agora estão vivendo e apreciando a vida do lado de fora.

Nós incentivamos membros e subcomitês de H&I a escreverem para o Reaching Out. Por favor, considere que há maior probabilidade de publicarmos artigos que focam em como NA ajudou um indivíduo a se recuperar enquanto encarcerado, do que aqueles que se concentram nos horrores da adicção. Obrigado por nos ajudar a levar a mensagem de esperança!

Envie todas as cartas para “Reaching Out”; NAWS, PO Box 9999; Van Nuys, CA 91409-9999; USA, handi@na.org (Inglês) ou, se preferir, para o Centro de Serviços HOW Brasil – Rua Ferreira Penteadado, 1331 – Fundos – Bairro Cambuí – CEP 13010-041 Campinas – SP ou ainda por e-mail para historiaspessoais.ro@gmail.com (Português).

Nossos prazos de publicação previstos são os seguintes:

<i>Edição</i>	<i>Limite para entrega</i>
Abril/2014	15 de Janeiro de 2014
Julho/2014	15 de Abril de 2014
Outubro/2014	15 de Julho de 2014
Janeiro/2015	15 de Outubro de 2014



Do lado de dentro

Caro Reaching Out,

Estou de volta à prisão. Esta é a minha segunda vez. A primeira eu estava inicialmente me drogando na prisão, mas então comecei a ir às reuniões e ajudei a iniciar a primeira reunião de NA em minha prisão. Eu trabalhei comigo mesmo e ajudei aos outros e realmente pensei que tinha esta doença da adicção sob controle. Fui a reuniões e fiquei limpo por vários meses depois que saí, mas assim que arrumei um emprego e ganhei dinheiro, fui cada vez menos às reuniões e não escolhi um padrinho. Eu recaí e tentei ficar limpo novamente sozinho, sem procurar ajuda em NA. Não funcionou. Eu estava de volta à insanidade novamente, perdendo minha namorada, trabalho, casa e confiança da família e dos amigos. Insanidade, de novo. Eu estou de volta à prisão e quase grato por estar preso, já que é isso que foi preciso para eu trabalhar os passos novamente. Eu saio em menos de dois anos e, desta vez, vou ter mais humildade e persistência em NA. Não tenho que fazer isso sozinho. Eu me inspiro nas histórias que os membros de NA de fora trazem para a prisão e, também, na determinação e empenho de meus companheiros membros de NA. Eu não consigo ficar limpo sozinho, mas com a ajuda de NA e de meu Poder Superior eu tenho ESPERANÇA novamente, o que faz a vida valer a pena de ser vivida.

Obrigado
DM, FL

Caro Reaching Out,

Meu nome é KM e sou um adicto encarcerado no Arizona. Primeiramente, gostaria de agradecer muito a vocês por me enviarem o Reaching Out todos estes anos. Eu amo ler as cartas de outros adictos encarcerados como eu, compartilhando a sua experiência, força e esperança! Também gosto das cartas do lado de fora; é ótimo saber que tenho uma família esperando por mim e que eu também posso manter a minha recuperação

quando eu for solto.

Fui transferido recentemente do pátio onde eu estava há mais de cinco anos para um pátio de reinserção social (pátio “indo para casa”). Eu sinto falta do meu grupo de escolha e de todos lá. Mas sei que isso é uma coisa boa. Eu vou pra casa esse sábado!! Sim, estou um pouco nervoso e ansioso, mas NA me ensinou que não tenho nada a temer e que isso também vai passar, desde que eu não “vá buscar” e vá a uma reunião assim que eu for solto.

Estou limpo há cinco anos e sete meses, graças a NA e ao meu Poder Superior – e não quero perder isso! Então, pretendo me envolver, trabalhar os passos e seguir as sugestões. Estou ansioso para ir a uma reunião do lado de fora. Eu nunca mais quero ser preso, e através de NA, não terei mais que ser!

Eu ainda tenho muito trabalho a fazer e esta é uma nova fase na minha jornada de recuperação. A grande diferença hoje é que eu estou disposto a fazer o que for preciso!

Agradeço mais uma vez por toda a ajuda, o apoio e amor que vocês têm me dado nesses últimos anos.

Seu sempre amigo,

KM, AZ

Caro Reaching Out,

Obrigado! Sim, obrigado, NA. Eu recebi um livro Só por hoje. Ele veio no momento certo pra mim. Eu também preciso agradecer à irmandade por me ajudar a ficar limpo. Em um lugar que deveria ser uma punição, chega a mim (um dia de cada vez) como uma bênção para me encontrar e me dar esperança em um lugar tão sem esperança. Obrigado, H&I. Obrigado, NA. Obrigado, Poder Superior, por me conceder este dia. Sou verdadeiramente abençoado e grato. Eu nunca mais tenho que sentir a dor e o desespero da adicção, enquanto eu continuar vivendo os caminhos de NA, só por hoje. Obrigado.

Grato,

PB, CT

Caro Reaching Out,

Meu nome é T; eu tenho 35 anos. Passei a maior parte da minha juventude encarcerado em instituições juvenis e, então, dos 18 aos 22 anos, na prisão. Desde o momento em que encontrei NA, não voltei mais à prisão em quase 10 anos.

Depois de cinco anos limpo, meu casamento começou a desmoronar. Comecei a beber com minha esposa para ter algo em comum com ela. Estava mentindo para mim mesmo sobre todos os aspectos de minha vida. Por três anos, escondi meu uso das pessoas que se preocupavam comigo para salvar meu casamento ruim. Eu desfiz todo o trabalho de recuperação que tinha feito e coloquei minha literatura em gavetas definitivamente. Agora eu estou na cadeia mais uma vez.

Descontrole. Eu tinha parado de ir às reuniões e parei de ligar para meus companheiros de recuperação. Estou decepcionado nem tanto pelo o que aconteceu, mas mais pelo que sei melhor. Eu coloquei personalidades acima de princípios. Perdi meu lar e meus filhos. Fui tomado pela derrota e pela impotência. Sou grato por ter o programa de NA. Tenho permissão para ir às reuniões semanalmente na cadeia da cidade. Leio a literatura de NA e, quando eu sinto a pressão chegando, faço anotações. Esses caras que escrevem para você – é preciso coragem para nos levantar e admitir nossos erros e pedir ajuda. Eu me senti tão sozinho. Eu nunca mais quero sentir o que eu senti nos últimos quatro meses. Sou eternamente grato por ter passado por eles e por ter voltado a NA.

Obrigado; obrigado a NA.

T, WI

Ligação Telefônica do Dia da Unidade da 35ª WCNA – Agradecimento!

HMP¹ Durham

Saudações e sejam todos bem-vindos.

Nós, da irmandade do Centro de Recuperação Asa I da Prisão de Sua Majestade em Durham, Inglaterra, estamos honrados em fazer parte da história e dessa convenção ao nos unir para levar uma mensagem para o mundo.

Você não está sozinho. Diga NÃO à adicção.

Diga NÃO a uma vida que termina em prisões, instituições ou morte.

Diga SIM aos Doze Passos, à espiritualidade e à recuperação.

Lembre-se: “Funciona se você praticar. Caso contrário,
FIM DE JOGO, VOCÊ PERDE!”

Reino Unido

Nota do editor: A HMP Durham, Reino Unido, era para ser um dos participantes na ligação telefônica do Dia da Unidade. No entanto, devido a dificuldades de conexão, nós não os ouvíamos durante a ligação. Eles nos enviaram seu “agradecimento” e gostariam de compartilhá-lo com vocês neste Reaching Out.

HMP é a sigla de Her Majesty's Prison (Prisões de Sua Majestade), que é o nome dado a maioria das prisões no Reino Unido.

Caro Reaching Out,

Eu sou o TS, da Flórida. Tenho 35 anos e usei desde os doze, sem nunca perceber que tinha um problema. Eu apenas pensava que gostava de me divertir. Eu usava até apagar, desmaiar, ter um ataque cardíaco ou morrer com a abstinência – uma festa. Eu me casei e me divorciei duas vezes; minhas duas esposas usavam comigo. Quando a primeira esposa não podia mais lidar com minha loucura, me trocou por outro homem. Então eu fiquei na bebedeira por dois meses até conhecer minha segunda esposa. Nós dois usamos muito e mergulhamos de cabeça na cena rave. Éramos um casal festeiro. Durou onze loucos, tristes e estranhos anos, até que ela também me deixou por outro homem. Então, foi correria de novo. Bebedeiras maiores e mais drogas, traficando pesado apenas para me sentir importante, eu só tinha que ser o cara de quem todos precisavam.

Bem, isso tudo me pegou e, em um ano, eu havia passado de um usuário casado de fim de semana a um traficante de drogas e completo adicto. Estou agora cumprindo três anos por tráfico e sinto que sou um cara de sorte. Encontrei minha primeira reunião de NA na prisão e no começo eu fiz isso apenas para poder sair da cela. Então aconteceu; eu não estava sozinho. É aí que eu encontro pessoas como eu: adictas, machucadas, quebradas. NA mudou minha maneira de ver a vida e a maneira como eu via a mim mesmo. Estou aqui há oito meses agora, vou a reuniões toda semana e estou trabalhando os passos devagar. Eu ainda não tenho um padrinho. Pra mim é difícil confiar e ainda tenho meus dias difíceis quando eu penso “Por que eu, por que tanta dor, por que tentar?” e então eu apenas fecho meus olhos e faço uma oração, e isso ajuda. Através de NA eu entreguei minha vida e minha vontade a um Deus da minha compreensão e, lentamente, minha atitude e meus medos perante a vida começaram a mudar. Agora eu sei que meus próximos 35 anos serão limpos, espirituais e espetaculares.

Obrigado, NA.

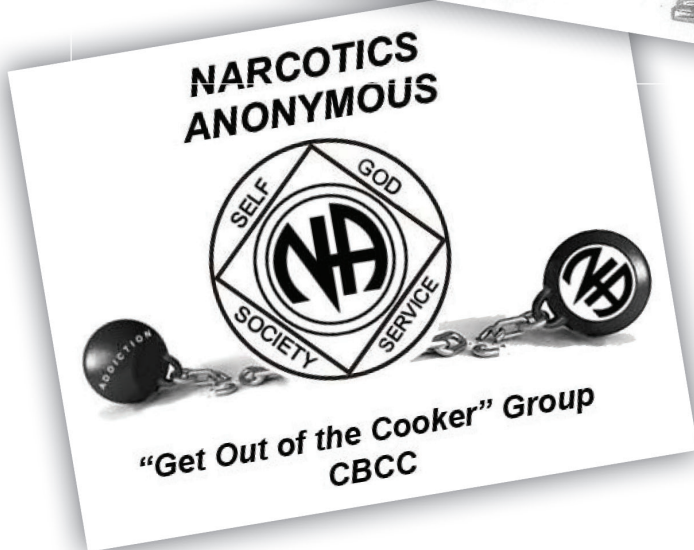
TS, FL



ARTE DE DENTRO

Muitos membros de NA, grupos e comunidades fazem desenhos voltados para a recuperação. Acreditamos que levar a mensagem de NA é uma ação criativa e imagens proporcionam uma mensagem poderosa da liberdade que conseguimos encontrar em NA.

Se você gostaria de ver sua arte impressa aqui, por favor envie arquivos JPEG ou PDF para handi@na.org (inglês) ou historiaspessoais.ro@gmail.com (Português) ou mande uma correspondência para: *Reaching Out: c/o NA World Services; POBox 9999; Van Nuys, CA 91409 -9999; USA*, ou, se preferir, para o *Centro de Serviços HOW Brasil – Rua Ferreira Penteadó, 1331 – Fundos – Bairro Cambuí – CEP 13010-041 Campinas – SP*



“NA – Liberdade”

“Narcóticos Anônimos – Adicção – Eu/ Deus/ Sociedade/ Serviço –
NA – Grupo “Saia do Fogareiro” – Centro Correccional de Clallam Bay”

Caro Reaching Out,

Sou JP e eu sou um adicto. Quando eu tinha três meses limpo, comecei a encomendar literatura para o subcomitê de H & I. Através desse compromisso, eu aprendi sobre os nossos folhetos, lendo-os e aprendendo com os outros membros quais folhetos eram melhores para cada tipo de instituição. Eu continuei e me tornei secretário de diferentes instituições e trabalhei minha maneira para ser um elo com uma prisão local. Essa posição me ensinou que meu trabalho em H & I, foi também o de Relações Públicas, e como fazer um bom trabalho voluntário, que possibilitou a melhoria das relações de NA com a prisão e como elas ajudaram os nossos membros a serem libertados para nos ajudar a levar a mensagem para mais adictos. Depois que me tornei um representante de nossa região, eu encontrei a minha tribo. Meu serviço favorito é fazer uma reunião em uma detenção ou cadeia. Meu envolvimento com a nossa região trouxe muitos momentos gratificantes a minha recuperação. Atualmente sirvo em dois painéis de prisões diferentes, vou a três acampamentos² e a uma prisão estadual, e sou um contato com o CDCR (Departamento de Correção e Reabilitação da Califórnia). Participo da reunião virtual com o WSO H & I e contribuo um pouquinho com esta publicação.

O padrinho do meu padrinho vinha fazendo H & I por 12 anos quando o meu padrinho, que também vinha fazendo H & I por oito anos, sugeriu que eu me tornasse a pessoa da literatura de H & I em nossa área. Eu fiz o que foi sugerido. É uma tradição de família.

Ajudar aos detentos tem melhorado minhas habilidades de comunicação em NA, nos negócios e na vida. Fazendo o serviço de H & I, aprendi a falar na frente de pessoas. Ele me ensinou a responder a perguntas sobre o nosso programa, tanto sobre os passos, quanto sobre as tradições. Ele me ensinou a continuar a aprender mais e a ser um padrinho melhor. Ele também me permitiu conhecer pessoas impressionantes tanto em NA quanto em todo o mundo, e a trabalhar com aqueles que tenhamos contato. Não é a parte egoísta que me mantém limpo mais um dia, e no início eu fiz parte do meu Nono Passo. Não havia nenhuma maneira pela

a qual eu pudesse fazer reparações por 27 assaltos à mão armada. Eu faria, mas nunca serei capaz de encontrar as pessoas ou as empresas. Então, fazendo H & I, ajudo a manter garotos e garotas longe de cometer crimes porque eles agora estão limpos, tenho devolvido à sociedade e isso teve algum tipo de efeito positivo para combater todos os negativos. É um presente fazer o serviço de H & I.

Além de serem autorizados a fazer parte do chamado Dia da Unidade em 2011, e também agora em 2013, a melhor experiência que recebo mais e mais é quando eu vejo uma pessoa que tenha participado de uma reunião em um local onde eu fiz um painel de H & I, e então, em uma reunião fora, eles vêm até mim se apresentar e deixam-me saber que eles ainda estão limpos. Isso arrepia você. Ver que eles fizeram a longa viagem do encarceramento para uma reunião de NA faz você se sentir bem. O fato de que eles têm boa aparência e não estão se matando ou trancados novamente é muito poderoso. A única coisa que eu gostaria de dizer para os adictos que estão dentro de prisões e instituições é: Comece a trabalhar o programa de NA o melhor que você puder.

Obrigado, Reaching Out.

JP, CA

² Nos EUA, existem “acampamentos” onde os presos menos perigosos ou com penas curtas, cumprem suas respectivas penas.

Caro Reaching Out,

A aventura de uma vida

Essa história começa com uma oração: Por favor, me ajude a escrever sua história ficar no caminho.

Enquanto se drogava até apagar, um jovem de 18 anos aspirante a adicto espanca um homem até a morte em 1965.

Fui condenado e determinado a cumprir uma sentença de cinco anos na talvez mais conhecida penitenciária de segurança máxima no estado da Califórnia. Enquanto estava lá, eu cresci para a idade adulta conforme minha adicção progrediu. Continuei a mesma velha história da adicção e do crime depois de conseguir minha condicional em 1972. De lá até 29 de abril de 1976, eu estava a todo vapor. A casa caiu e me encontrei na minha

primeira reunião de NA. Rapidamente eu me tornei esperançoso e um estudante ávido de recuperação. Apareceram professores com a caixa de ferramentas de recuperação. Nela eu encontrei a dádiva da doação. Uma coisa que ajudou muito a aprender a usar essa ferramenta foi o H&I. Durante os 15 anos seguintes, eu fui a todas as cadeias, hospícios ou prisões que eu pude. Eu sonhava em um dia voltar para levar a mensagem na prisão onde eu cumpri minha pena – em outras palavras, a vizinhança em que eu cresci. Houve uma mudança na política e me trancou para fora. Condenados por assassinato foram impedidos de entrar em instituições fechadas para fazer painéis de H&I.

Com o passar do tempo, a esperança de levar a mensagem na prisão que tive encarcerado começou a enfraquecer. Vinte e tantos anos depois, fui convidado a ir para o Novo México em um painel na prisão de lá. Havia uma convenção de NA em Albuquerque naquele fim de semana. No jantar eu conheci um homem da Califórnia e nossa conversa acabou girando em torno do fato de que eu tinha ido ao Novo México para falar na prisão. Depois que eu expliquei porque eu tive que ir até o Novo México para a prisão, ele me disse que talvez pudesse me ajudar a ter permissão para entrar na prisão que tinha ficado. Ele me disse que era padrinho do coordenador de painéis de H&I daquela prisão e que ia lá há muito tempo. Num curto período de tempo, um diretor adjunto daquela prisão ficou sabendo de mim e do meu desejo de voltar lá dentro para levar a mensagem de NA. Uma exceção foi aberta e eu fui liberado para entrar em um painel.

Eu poderia escrever outra carta inteira sobre a minha experiência de entrar pelo portão da frente 40 anos depois. Porém, essa história é sobre entrar na sala de reuniões. Eu sonhei com isso por mais de três décadas e estava totalmente despreparado para a experiência. A energia de recuperação na sala era como ir a uma convenção; aquela atmosfera tensa de prisão do pátio parou na porta da sala de reunião. Parecia que ela não podia penetrar nesse santuário de recuperação. Havia aproximadamente 150 homens de todas as idades e raças misturadas e conversando, enchendo a sala com aquela energia que eu só tinha experimentado onde grandes grupos de pessoas em recuperação se encontram. NA estava vivo e pulsando mais, muito mais, do que pudesse imaginar ou teria acreditado.

Os seis homens que vieram do pátio pela primeira vez receberam uma entusiasmada acolhida. O que conseguimos perceber foi como a atmosfera de recuperação estava claramente naquela sala. Não vi nenhum de-

les distraído ou desinteressado. Eles pareciam famintos por recuperação. Isso foi demais! Depois da reunião, os homens foram calorosos e amigáveis. Eu me senti mais em casa naquela noite do que jamais me senti em uma reunião de NA. Eu sou um deles. Fui muito tocado por um homem com que conversei depois da reunião. Ele está cumprindo prisão perpétua. Ele não tem esperança de sair. Pedi para ele me explicar o que ele estava fazendo em NA. Ao contrário de muitos outros, esperança dele não é de ter uma vida melhor do lado de fora; é de ter uma vida melhor agora, do lado de dentro. Uau!

Estou muito feliz de passar a mensagem para você, a irmandade. Narcóticos Anônimos e a recuperação da adicção estão vivos e prosperando do lado de dentro da “Fortaleza na Baía”. Meu amor e gratidão por NA foram intensificadas significativamente partilhando com os caras da minha antiga vizinhança. Não se engane; ajude dentro do H&I!

MS, CA

ARTE DE FORA

Muitos membros, grupos e comunidades de NA fazem camisetas voltadas para H&I. Acreditamos que levar a mensagem de recuperação de NA é uma ação criativa e uma arte. Por favor, compartilhe fotos de sua camiseta de H&I conosco! Nós gostaríamos de apresentar a sua arte. Envie arquivos JPEG ou PDF para handi@na.org (Inglês) ou historiaspessoais.ro@gmail.com (Português)



“O trabalho mais duro que você vai amar – H&I/ Área Grande Nova Iorque”



“Região Norte da Califórnia – NA – Projeto Acampamentos”

³ Nos EUA, existem “acampamentos” onde os presos menos perigosos ou com penas curtas, cumprem suas respectivas penas.

CHAMANDO TODOS OS MEMBROS DE H&I!

Por favor, enviem suas histórias para o periódico trimestral de NA, *Reaching Out*. Estamos à procura de adictos em recuperação, como você, para compartilhar sua experiência em encontrar recuperação atrás das grades e mantê-la do lado de fora. Sua história traz uma poderosa mensagem de esperança para o adicto encarcerado!

Qual foi o seu primeiro contato com NA atrás das grades?

Como você trabalhou o programa de NA enquanto esteve preso?

Você tem uma determinada experiência de H&I que gostaria de partilhar?

Descreva a sua transição da prisão para sua comunidade de NA do lado de fora.

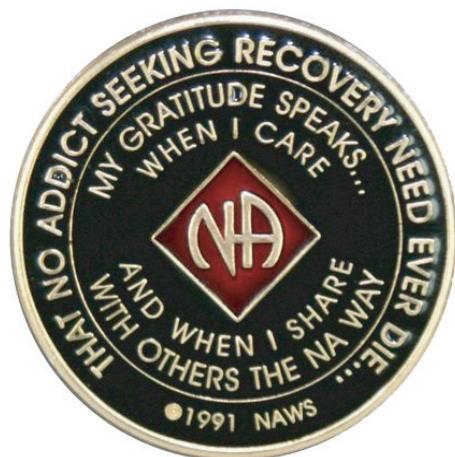
Conte-nos sobre a sua primeira reunião de NA do lado de fora.

Quais benefícios da recuperação você já experimentou?

Obrigado por partilhar! Sua experiência com o programa de NA pode inspirar outros adictos em busca de companheirismo e de recuperação.

Por favor, envie a sua história para:
"Reaching Out"; NAWS, PO Box 9999; Van Nuys, CA 91409-9999; USA, ou, se preferir, para o Centro de Serviços HOW Brasil – Rua Ferreira Penteadado, 1331 – Fundos – Bairro Cambuí – CEP 13010-041 Campinas – SP ou

ainda por e-mail para handi@na.org (Inglês).
Para fazer o download de um PDF desse questionário, acesse:
http://www.na.org/?ID=reaching_out-index



*Para que nenhum adicto tenha que morrer em busca de recuperação...
A minha gratidão fala quando me importo e compartilho com outros o
caminho de NA*

“Todos nós enfrentamos o mesmo dilema quando chegamos no fim da linha e descobrimos que não conseguimos mais funcionar como ser humano, com ou sem drogas. O que nos resta fazer? Parece haver apenas esta alternativa: ou continuar, da melhor maneira possível, até o amargo fim (prisão, instituição ou morte), ou encontrar uma nova maneira de viver. Poucos adictos no passado chegaram a ter esta última opção. Os adictos de hoje são mais afortunados. Pela primeira vez em toda a história humana, um caminho simples vem sendo seguido por muitos adictos e encontra-se ao alcance de todos. Trata-se de um programa espiritual simples – não religioso – conhecido como Narcóticos Anônimos.”

Narcóticos Anônimos “Nós nos recuperamos”

Formulário de Pedido de Assinatura

O *Reaching Out* é um boletim trimestral, orientado para a recuperação, disponível gratuitamente a adictos encarcerados através dos Serviços Mundiais de Narcóticos Anônimos. Se você ficará encarcerado por pelo menos mais seis meses e gostaria de uma assinatura gratuita do *Reaching Out*, preencha e devolva o formulário abaixo.

O *Reaching Out* também está disponível para assinatura em pacote de 20 cópias a um custo de 35,90 dólares por ano. Se você estiver interessado em adquirir um pacote de assinatura, por favor, preencha o formulário abaixo e o envie juntamente com um cheque ou ordem de pagamento.

- Eu sou um adicto encarcerado (e ficarei por, pelo menos, mais seis meses nesta situação) e quero uma assinatura gratuita do *Reaching Out*.
- Eu quero comprar _____ assinaturas de pacotes de 20 cópias do *Reaching Out* à US\$ 35,90 cada, totalizando US\$ _____.

Nome _____
(POR FAVOR, use letra de forma)

RG _____

Endereço _____

Cidade _____

Estado/Província _____ CEP/Código Postal _____

País _____

Por favor, inclua cheque ou ordem de pagamento com o seu pedido de pacote de assinatura.

Envie para:

Reaching Out

c/o NA World Services; PO Box 9999; Van Nuys, CA 91409; EUA

As assinaturas pagas estão disponíveis somente para a edição em inglês.