

il giornale



lino

REGIONE ITALIA



Come giornali

**"Come fai a sapere
se é la volontà di
Dio"**

All'interno "bollettino Fiduciari WSO"

Scrivono...

* Ciao a tutti...	1
* Facce da NA	3
* Grazie NA	5
* Oggi inizio ad essere felice	6
* Cose che succedono	7
* Il Programma di NA	7
* Lettera di...	8
* Cari Amici	9
* Un capodanno... tanti capodanni	10

A Domanda ...

Rispondi... 10

Dai Sottocomitati:

* O&I Area Centro	11
* Sito Web	12

Bollettino Fiduciari Servizi Mondiali

14

Ospiti (TNA)

Reaching Out

Notiziario H&I Americano 19

Calendario avvenimenti 20

Ciao a tutti...

Bepi, GE

Ciao a tutti, mi chiamo Bepi e sono un tossicodipendente.

E' la prima volta che vi scrivo (anzi ci avevo già provato via E-Mail ma non era andata a buon fine) ed ora ho l'onore di scrivere con la macchina da scrivere del mio "sponsor" che è stato testimone di molto lavoro, per cui è un'ulteriore emozione. Desideravo cominciare con una breve storia della mia vita; sono nato nel 1960, terzo di tre fratelli e come tale non mi sono mai sentito accettato in famiglia (la differenza di età era 16 anni da mia sorella e 12 da mio fratello).

Mi sentivo oggetto di scherno da parte loro e con questa sensazione sono cresciuto.

Anche fra le varie compagnie che frequentavo non mi sentivo riconosciuto. Il giorno in cui ho incontrato le sostanze, incominciavo a sentirmi parte di quella schiera di pivelli che si sfondavano di cannoni ed era il 1975; ma ciò non mi serviva ad evitare il profondo disagio di vivere, il senso di inadeguatezza che non mi mollava mai era massacrante. Nel 1978 incontrai lei "bianca" della quale mi innamorai subito, con lei avevo la sensazione di poter affrontare tutto nella vita e nono-

stante avessi avuto dei segnali (in gabbia a 20 anni) che non fosse la cosa giusta, continuai a farmi. L'unico scopo che avessi era usare fino a quando cominciai a vedere che i miei compagni finivano sotto terra e che ben presto avrei potuto fare la stessa fine. Correva il 1988 e decisi di rivolgermi al Sert (l'allora definito centro di salute mentale) che, dopo qualche mese di programmi di metadone puntualmente falliti, mi propose di andare in Comunità. Dopo un po' di reticenza dovuta anche al fatto che mi propinavano dei posti che ritenevo dei "Lager", mi arrivò la proposta di una piccola Comunità composta da 4 persone e lì cominciai ad apprezzare la vita senza l'eroina (ci era permesso bere a tavola). Uscito da lì tornai a casa, cominciai a lavorare in uno dei negozi di mio fratello, conobbi la donna che diventò mia moglie (ora ex) e la madre di un tesoro di cucciola che ora ha 7 anni e, nonostante avessi ciò che pensavo di desiderare, continuavo a ricadere. Stavo dei periodi in cui non la toccavo (in compenso ci davo dentro con fumo alcool e coca) per poi ritrovarmi sempre nel vortice; ricordo una delle ultime volte che ricaddi: ero in uno stato di disperazione mai vissuto, solo su uno scoglio a piangere, volevo morire ma non trovavo la forza per farmi

fuori e davanti alle persone che avevo vicino ostentavo fiducia e sicurezza.

Mi rivolsi al Sert e la dott.sa insieme al programma di metadone mi diede anche il biglietto con l'indirizzo dei Gruppi; era il mese di marzo del 2001 ed andai alla mia prima riunione bello fatto. Per un po' continuai a frequentare solo le riunioni dell'una senza riuscire a rimanere pulito poi, dopo il tentativo fallito di disintossicarmi in ospedale (sono uscito più marcio di prima), spinto dalla prospettiva di essere cacciato di casa feci le mie prime 24 ore di pulizia, mi chiusi in casa per una settimana e mi sembrava di impazzire. Ogni secondo trascorreva con una lotta estenuante con la prima dose; non avevo neanche il coraggio di toccare l'acqua, puzzavo come una capra, tutto ciò davanti a mia moglie e a mia figlia (sigh!).

Trascorsa quella settimana misi il naso fuori di casa ed andai in gruppo, ricordo un'ansia avvolgente e sfiancante, facevo fatica a camminare, salii le scale di S. Siro (sede gruppo) e una amica mi disse: come ti vedo bene!!!

L'avrei uccisa, mi sentivo una larva, provavo un vuoto da vertigini, non avevo via di scampo. Oggi non so dire che cosa mi spinse ad andare avanti, mi piace credere che sia stato il gruppo, il senso di appartenen-

za, il fascino dei tossici puliti, insomma trovai la forza per andare avanti e da quel giorno "02 luglio 2001" la mia vita è stata rivoltata come un calzino centrifugato. Non ho più toccato nessuna sostanza che altera l'umore e la mente, sono fallito commercialmente parlando, me ne sono andato di casa, ad oggi non ho ancora trovato un lavoro stabile etc.

Ma ho trovato me stesso, per la prima volta nella vita mi sono dato il diritto di vivere, provo una gioia immensa nel vivere la mia vita, ogni giorno è per me un dono che solo io posso rovinare non accettando la vita per quello che è, con i suoi alti e bassi, gioie e dolori, felicità e tristezza, fede e paura, coraggio e sconforto, sole e pioggia, caldo e freddo, luce e buio, vita e morte. Insomma questa è la mia vita ed è l'unico bene che ho per il quale sono in grado di poterci fare qualcosa per poterlo apprezzare sempre di più. Sono innamorato della vita e dell'universo, sono in grado di amare ed essere amato per quello che sono, sono un uomo fatto di pregi e difetti dai quali non sono più disposto a scappare. Non sono più alla ricerca della perfezione, non appartiene all'essere umano, non ho la pretesa di avere la risposta a tutto ciò che accade. Mi sono scoperto padre e che soprattutto sono in gra-

do di esserlo, vero, unico ed irripetibile; mi commuovo davanti a mia figlia come davanti alla mia compagna che ringrazio per darmi la possibilità di potermi conoscere nel rapporto a due, nella mia sessualità, nel vasto mondo interiore. Tutto ciò mi è possibile grazie a quel posto di "pazzi" furiosi che è NA, tossici che hanno scoperto che si può vivere senza sostanze, con un Programma personale di crescita che non ha fine. Che insieme provano a fare qualcosa per portare il messaggio di speranza a quelle persone che ancora non hanno la speranza di poter vivere liberi. Auguro a tutti serene 24 ore. Un giorno alla volta possiamo raggiungere quella pace interiore che a volte sembra impossibile.

Facce da NA

Giuseppe, MI

Non avevo previsto di andare alla Convention Europea in Grecia. Qualche mese fa ho perso il lavoro perciò di spese extra neanche a parlarne; ma per uno di quegli eventi straordinari che accadono solo quando si frequentano le stanze, sul volo Milano/Atene/Salonicco ci sono anch'io con tre amici. Il pacchetto all-included del

tour operator "il Potere Superiore Viaggi", prevede: a) sosta di una notte ad Atene per mancata coincidenza con Salonicco, causa meteo dicono gli assistenti, causa scarsità di passeggeri diciamo noi che non abbiamo gli occhioni azzurri. b) Si unisce a noi un'italiana arrivata da Londra che vuole fare una sorpresa al suo fidanzato salonicchese il quale, durante una tempestosa telefonata, manifesta un'implacabile avversione per le sorprese. Per noi quattro è una stimolante occasione per dispensare alla sventurata perle di saggezza NA, giusto prima di un c) corroborante sonno di due ore su panchina doppia, con bagno poco lontano. Ehi, chi si rivede! l'amica panchina. Il giorno dopo, alle 10,40 ora locale, dopo un volo traballante, le nostre labbra baciano il Suolo della penisola Calcidica. Autonoleggiamo, lasciamo la tipa londinese a Salonicco e dopo poco più di un'ora, come da linee guida, varchiamo la soglia dell'esotico "Hotel Pallini". Ci sentiamo subito a casa. Ci credo! Palme, sole, vento, cielo blu, mare cristallino e un sacco di tossicodipendenti: chi non si sentirebbe a casa? Qualche turista guarda con apprensione alcuni tatuaggi da serial killer, ma si tranquillizza vedendo che i possessori non danno segni di aggressività.

La riunione di apertura comincia con un filmato dove un membro della fratellanza greca dà il benvenuto alla convention. Si trova su una strada, cammina per un po', dicendo non si sa bene cosa, varca un portone e ci introduce all'interno di una stanza dove tanti altri greci ci salutano in tutte le lingue: facce sorridenti, facce vissute, facce da schiaffi. Insomma, facce da NA. Mai come in questo caso il detto "una razza, una fazza", che i greci ripetono sempre a noi italiani, è vero. Dopo il filmato e la presentazione dei delegati regionali ci sono le condivisioni, ma non sto attento, colgo solo qualche frase, guardo la gente. È una di quelle volte che mi commuovo facilmente così esco a fare un giro. Siamo una trentina di italiani, forse di più, la sera facciamo una riunione e l'ultima, in quindici in una camera, è intensa. Mangiamo insieme. Paracalò, ena potiri nerò: nessun NA dovrebbe andare in Grecia senza conoscere questa frase, per favore un bicchiere d'acqua. Stefania la ripete di continuo e al termine della kermesse la padroneggerà con disinvoltura. Al bar, bevendo il caffè, si parla della prossima convention italiana, si perde tempo e si fa molto corridoio. Anche così, forse proprio per questo, lo spirito vola alto, come vuole il titolo dell'Europea. L'unica cosa

che vola basso è l'aquilone di Silvano. Bellissimo, con il simbolo di NA alato, ma vola terribilmente basso lo stesso. Per due giorni, verso il tramonto, sulla spiaggia dell'albergo si può vedere un gruppetto di italiani che calibra, tende cavetti, valuta ogni spiffero. Niente, invece di salire in alto l'aquilone rimane a mezz'aria e va verso il mare. La cosa non passa inosservata e un delegato regionale, credo francese, viene da noi e commenta: "Qualche volta lo spirito non vola poi così alto". Ridiamo, lo abbraccio, ma dentro di me parte una mozione di sfiducia. Ci consoliamo con la luna che è sorta gigantesca dall'altra parte del golfo. Ma non è tempo di malinconie: è sabato sera, c'è la festa, e il John Travolta che è in noi incita gli arti inferiori. Un gruppo suona dal vivo il meglio funky dei miei tempi, anche Long train running dei Doobie Brothers. Davvero bravi, sia detto senza l'indulgenza che di solito si ha per le performance dei dipendenti. La cantante è a dir poco strepitosa. Io non ballo, guardo tutta questa gente, molta con un passato da brivido, che se la spassa, che ci prova, che ride perché è lì adesso, e questo solo conta. Sento che li rispetto, sono contento di essere dei loro. Tre giovani scozzesi si divertono a girare per la sala con una

bambola gonfiabile cercando di farla baciare a tutti. Arrivano anche da me: kiss her, dalle un bacio. Declino l'invito il più cortesemente possibile: faccio già l'interferone, gli dico. Non so se hanno capito, ma la ridarella che hanno addosso li trascina via alla ricerca di un buon partito per la loro protetta. Io e Silvano usciamo che è notte alta ridendo anche noi come due scemi, ma non mi ricordo perché. La domenica partiamo presto e non assistiamo al count down che pare sia stato leggendario. Alla Malpensa, mentre aspettiamo i bagagli, le nostre facce dicono: che cosa ci facciamo qui? Facciamo fatica a separarci e ci dilunghiamo in chiacchiere che lasciano il tempo che trovano, tanto per stare ancora un po' insieme. Infine, sempre facendola lunga, ci abbracciamo e torniamo a casa. A me compaiono subito i primi sintomi da SPC, la temuta sindrome post-convention, con parziale occlusione del tratto faringeo a causa di fastidiosi coaguli di nostalgia. La prognosi è sempre la stessa: circa ventiquattro ore.

Grazie NA ...

Luca N., GE

Ciao a tutti. Sono arrivato in NA quasi 4 anni fa. Da allora la mia vita è radicalmente cambiata. Mi sto rendendo conto di quanto sia profondo il lavoro sui Passi, del cambiamento interiore che comporta il lavorarli.

Ho sempre giustificato il mio uso con motivazioni politiche, filosofiche e religiose mentre oggi scopro di avere "solo" un'immensa paura di vivere. Paura del giudizio, paura della gente, paura di relazionarmi, paura del successo e del fallimento, paura di me stesso ecc.

Per me è molto importante riuscire ad ammetterlo. Sono cresciuto in un ambiente di falsi miti in cui non era concesso né avere paura né piangere, mentre oggi scopro, grazie al Programma, quanto sia bello rendersi vulnerabili. Passo dei momenti in cui tutto sembra crollare e mi dico che non ne vale la pena ma, solo il fatto che continuo a tornare, continuo a telefonare allo "sponsor" (pover'uomo...), vado ai gruppi ecc, mi conferma quanta speranza abbia.

Ogni Passo che ho cercato di portare avanti è stato fondamentale ma il Sesto ed il Settimo hanno

dell'incredibile. A volte mi sento mancare la terra sotto i piedi ed ecco che arriva qualcosa a sorreggermi e a darmi la speranza di continuare questo viaggio che, onestamente, non è tutto rose e fiori ma che è senz'altro affascinante. Ho sempre cercato un Dio, ma in maniera distorta, seguendo i dettami delle sostanze o della morale. Oggi ciò che concepisco è energia che è sempre stata lì ad aspettarmi ma ero troppo chiuso in me stesso per accorgermene.

Oggi inizio ad essere felice

Luca, Roma

Ciao a tutti mi chiamo Luca e sono un tossicodipendente.

Sono tornato da 2 giorni dalla Convention Europea in Grecia e ringrazio il mio Potere Superiore per aver permesso che io fossi lì. Ho ancora in mente il collegamento dal carcere Londinese con le testimonianze dei detenuti che ogni giorno provano a rimanere puliti grazie al Programma. Le sensazioni e le emozioni che ho provato in quei momenti non sono paragonabili al più grande sballo che mi sia mai fatto. Il count-down con la sala strapiena mi ha ripagato dei soldi spesi

per il viaggio. Ogni Convention a cui partecipo mi arricchisce umanamente in maniera incommensurabile, conosco nuove persone, rivedo vecchi amici e in questi eventi capisco quanto sia forte e grande NA. C'erano 28 paesi rappresentati e quest'anno, essendo il 50° della fondazione, è stato trasmesso un filmato che rievocava la storia dei Gruppi in questo periodo, dalla nascita in America nel 1953 fino ai giorni nostri passando per tutti i Continenti del Pianeta.

Ogni giorno oltre alle riunioni prefissate noi italiani ne organizzavamo una nella nostra lingua e mi sono reso conto come basta una stanza per condividere la propria vita senza nessun tabù. L'empatia che si sente in quei momenti è unica perché avverti una energia che è diffusa nell'aria e a volte è palpabile. Quell'energia scaturisce dalla voglia di vivere ed è trasmessa da persone che hanno sofferto ma oggi, grazie alla guida di NA, stanno provando la rinascita fisica e spirituale. Io fra 3 mesi compio 3 anni di pulizia e oggi, per la prima volta nella vita, inizio ad essere felice. Questo lo devo al programma che un giorno alla volta mi aiuta a rimanere oltre che pulito anche sereno. Saluto tutti augurandovi buone 24 ore e spero di ripetere molte altre volte l'esperienza appena vissuta

perché questo vorrebbe dire che continua a funzionare.

Cose che succedono...

Nicola, GE

Caro GiorNALino, sono un membro di Genova, conosco le stanze da alcuni anni ed oggi ho circa 9 mesi di pulizia. Cosa è successo? Alcuni giorni fa ricevo una telefonata da un membro che fa servizio con me e che in NA ha una carriera simile alla mia. Mi chiede se stasera posso aprire io, gli domando come mai, e lui mi risponde: "perché sono ricaduto!"

Li per li rimango senza parole, poi provo un po' a confortarlo ecc. Quello che vorrei esprimere ma non trovo le parole per descriverlo, è il dolore e lo sconforto che ho provato.

Piangevo mentre andavo in motorino ad aprire il gruppo ed ho pianto anche il mattino seguente. So per esperienza cosa significa ricadere dopo un po' di tempo di pulizia e di lavoro sui Passi; non è proprio la stessa cosa di quando ricadi prima di conoscere NA. Ho provato nei giorni seguenti (io come altri membri) a mandargli qualche sms di incoraggiamento, vorrei tanto veder-

lo tornare e mi rode la mia impotenza di fronte a questo fatto. Oggi la mia parte egoista vede questa situazione come uno stimolo per rafforzare il "mio" recupero mentre la mia parte spirituale mi esorta a pregare per lui. Ed è questo che faccio quotidianamente.

Il programma di NA

Daniela, Lugano

Per me è stata subito attrazione. Sembra strano ma alla prima riunione ero in anticipo di un'ora. Conoscevo le stanze perché frequentavo un'altra fratellanza e quando sono arrivati i membri io stavo riordinando la cucina. Non lo sapevo ancora ma stavo facendo servizio. Poi mi sono seduta al tavolo e ho ascoltato. Avevo anche un sacco di cose da dire ma dovevo aspettare il mio turno. E' stato meglio così perché al momento di prendere la parola mi sono resa conto che, da una parte mi mancavano le parole ma dall'altra avevo il cervello pieno zeppo di idee che ronzavano e l'emozione di sentire le mie parole per la prima volta era grande, troppo grande. Ho cercato di seguire gli accorgimenti del programma e degli amici di NA e mi sono subito

sentita a casa. Come ogni buon dipendente e come persona sospettosa, ho cercato in ogni momento di vedere se nel programma c'era qualcosa che non andava. Ecco che ho letto il Testo Base tutto di un fiato, per dovermi alla fine arrendere e capire che non c'era niente che non andava. Era un programma che permetteva ai tossicodipendenti di rimanere puliti e di vivere la vita in maniera decente. Dopo aver verificato tutto mi sono messa all'opera. Ho fatto i primi tre passi con uno sponsor. Ho cambiato sponsor e li ho rifatti fino al 6°. Ho fatto il 4-5-6-7-8-9 Passo con un altro ancora e adesso sto facendo il 10° con un nuovo sponsor. Pian piano, al mio ritmo sto recuperando, non ho fatto tutto subito, ho continuato a frequentare le riunioni, ho fatto servizio a partire dal 1° anno di pulizia e ho lavorato i passi. Un giorno alla volta sto cominciando a vivere e sono molto felice di aver incontrato NA perché mi ha permesso di fare un inventario personale e profondo che mi ha aiutato a riavvicinarmi alle persone che contano di più nella mia vita, le stesse persone a cui con il mio uso ho causato tanti dispiaceri. Ho ricevuto tanti doni nel mio recupero, materiali e non, ma la cosa più bella per me è avere di nuovo la gioia di vivere. Grazie NA.

Lettera di ...

Paolo, GE

E' dall'agosto del 1998 che conosco le stanze; diverse pulizie ho avuto: 3 mesi, 8 mesi, 22 mesi, 11 mesi e piccole altre ancora, sponsor, riunioni, 90, 90, 90, telefonate Con queste cose sono rimasto pulito. Ho una malattia fisica, mentale e spirituale, incurabile se la do in pasto all'onnipotenza che mi sale a volte e all'autocommisurazione di altre. Senza tutto ciò (e sopra ho dimenticato di dire che ho lavorato i passi, ho letto un sacco la nostra letteratura) la vita torna a farmi sentire un alieno.

Non voglio scendere nel profondo perché ho fatto e letto un sacco di cose che mi hanno fatto sentire guarito e perdonato, ma non mi hanno mai fatto restare pulito. Ho fatto anche tutto quello che elenca la nostra letteratura, fughe geografiche, cambio d'amori, religioni, ecc. Cosa vado cercando che se torno e faccio queste cose sto bene come non sono mai stato. Oggi, da un po' di oggi, ho potuto scegliere realisticamente che questo è il mio posto. Ma so anche che verranno i giorni della negazione e che sarà un sacrificio cercare la re-

sa, ma se, ad esempio, faccio una telefonata o vado a farmi un gruppo so che torno nella mia giusta dimensione. Ho provato sulla mia pelle che dopo un po' con questo programma si può anche stare di nuovo male ma, se non si va a prendere la prima dose, tutto passa. So che posso vivere senza avere tutte le risposte. Vorrei e avrei da scrivere per giorni ma non voglio dilungarmi troppo. Oggi vi voglio bene, domani magari no ma continuiamo a ritornare. Grazie a tutti di esserci, grazie a NA che mi ha dato il coraggio di tornare portandomi al di là dei film che la mia malattia mi propone, cercando le differenze che esistono e che, il più delle volte, fanno parte anche di me.

Cari amici ...

Rocco, GE

Sono un dipendente di Genova in recupero da circa 27 mesi. Sono arrivato nelle stanze come quasi tutti perchè ero disperato e non sapevo come fare a smettere di usare. Così un bel giorno, incontrando un amico che già frequentava i gruppi, mi è venuta la voglia di provare quest'esperienza.

All'inizio sembrava facile ritrovarsi con tanti amici che ti accolgono e ti danno il benvenuto come in una famiglia: molti già conosciuti, altri no, però tutti con lo stesso problema e tutti con la voglia di uscirne. Io ero appena uscito dal carcere dopo aver scontato gli ultimi tre mesi e non sapevo più dove sbattere la testa. Questa è la domanda che mi facevo: se continuare come sempre a usare e a fare la vita di prima oppure fare qualche cosa per cercare di cambiare. Tutte le volte che avevo provato a smettere da solo non c'ero mai riuscito, forse perchè non avevo il sostegno di qualcuno che capisse il problema come lo può capire un altro dipendente. Piano piano, 24 ore alla volta, sono riuscito a rimanere pulito da tutte le sostanze per un buon periodo. Poi ho cominciato a fare servizio ed oggi sono segretario di un gruppo da circa 1 anno. Ho ripreso la patente che mi avevano ritirato, ho un lavoro da 1 anno e mezzo e la vita è diventata un po' più governabile. Ho raggiunto una maggiore serenità e libertà. Sarò eternamente grato ai gruppi e al programma che mi hanno dato la possibilità di cambiare il mio stile di vita.

Viva la vita, viva NA.

Un capodanno... tanti capodanni

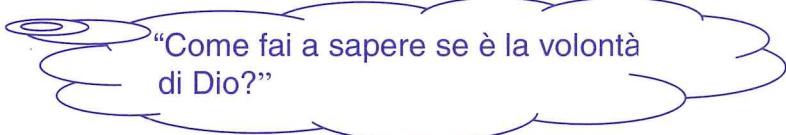
Giovanna, FI

Bene, oggi è il 1° gennaio e mi sono svegliata con la voglia di scrivere qualcosa per il nostro giornalino. Mi sono ricordata del mio primo capodanno da pulita, fu una esperienza davvero singolare.

Tralasciando le particolari situazioni che stavo vivendo mi piace ricordare soprattutto quella nuova sensazione di libertà e di serenità che mi sembrava di non avere mai vissuto, o quanto meno non avevo provato da tanti anni. Nonostante i miei pensieri e i comportamenti fossero ancora molto immaturi ed infantili mi stupii di me stessa, quale strano miracolo stava compiendo in me

NA? Altri capodanni sono trascorsi da allora e quell'interrogativo è ancora oggi senza risposta, ma non mi interessa trovarla in una logica razionale, per me è importante sapere che continua a ripetersi ad ogni riunione, ad ogni convention e ogni qualvolta condivido con qualche membro di NA. È questo che continua a mantenermi pulita e mi permette di vivere più serenamente la mia quotidianità e di questo sono grata al mio PS e a tutti voi. Il mio augurio più sincero è che questo miracolo possa compiersi in qualsiasi dipendente che ancora soffre e che è ancora alla ricerca di vivere una vita degna di essere vissuta lontana dalle droghe ed è ciò che NA continua ogni giorno a dornarmi.

A domanda rispondi!



“Come fai a sapere se è la volontà di Dio?”

manda subito una tua anche breve condivisione a:
giorنالino@na-italia.org

Sottocomitati

Sottocomitato O&I Area Centro

Ho sempre cercato di fare servizio negli ospedali ed in carcere, da quando sono in recupero, perché ero in AA, ma avevo una gran voglia di sedermi in una riunione di Narcotici Anonimi, che all'epoca non esisteva ancora. Il mio primo sponsor Paddy O'C. aveva ricevuto il messaggio in carcere, e dopo poche settimane del mio recupero, mi ha portato ad una riunione in un istituto, a Londra. Per trovare i dipendenti che avevano bisogno del messaggio e che erano disposti ad ascoltarci, era evidente che i posti più indicati erano quelli: gli ospedali o le carceri. (In America le statistiche rivelano che il 40% dei nuovi arrivati vengono nelle stanze per aver sentito di NA in una presentazione fatta da O&I) Quando NA era formata da quelle prime 5 o 6 persone, qui a Roma, abbiamo cercato di metterci in contatto con Rebibbia, e il Direttore è venuto ad una riunione; ma non eravamo ancora pronti, non c'erano i servitori con la disponibilità, e così sono passati quasi 16 anni prima di realizzare una riunione all'interno di quel carcere, nel 2002. Nel frattem

po il sottocomitato Ospedali ed Istituzioni si è formato e sciolto diverse volte; c'era molta frustrazione nel voler portare il messaggio, sapere che c'era un grande bisogno e non riuscire ad organizzare le nostre poche risorse e conoscenze. Alla fine abbiamo interpellato il comitato O&I di AA che ci ha indicato una strada, spiegandoci il modo più efficace di contattare il direttore del carcere e il linguaggio corretto per le lettere di introduzione. Nel frattempo il comitato ha preso tempo per parlare dei nostri desideri, paure ed obiettivi. Abbiamo cominciato a conoscerci meglio, chi era più indicato per scrivere le lettere mentre altri erano più adatti a parlare, o a fare servizio come tesoriere. Il Policlinico Gemelli ci conosceva da parecchi anni, e ci ha permesso di svolgere una presentazione del programma NA, settimanalmente, al loro Day Hospital per tossicodipendenti. Questo servizio, che è in atto da quattro anni circa, è svolto da un responsabile che organizza un oratore diverso per ogni settimana; anche persone con pochi mesi di recupero posso-

no partecipare (anzi sono i più indicati). Il servizio in carcere, invece, è svolto da cinque persone che, avendo l'Articolo 17, possono accedere in un braccio del carcere, per svolgere una riunione una volta alla settimana, alternandosi due alla volta. Questa riunione è praticamente come quelle all'esterno, ma la maggior parte delle persone non sono pulite, ancora... Una volta all'anno si invitano quelli arrivati da poco, indicati da una lista dataci dalla direttrice del braccio, quei detenuti che hanno avuto problemi legati alla droga. In questo caso svolgiamo una presentazione, dove spieghiamo il programma di Narco-

tici. Anonimi, quello che NA ha fatto per noi, e diamo la letteratura e la lista delle riunioni, nel caso che non li vediamo più (solo 15 persone alla volta possono accedere alla riunione, e questa scelta non dipende da noi, ma dalla struttura) Cerchiamo di coinvolgere più persone alle riunioni del sottocomitato di O&I, e nessuno dovrebbe svolgere alcun servizio per più di due anni, ma spesso siamo accusati di scambiare i servizi solo tra noi. Il fatto è che quando cominci a lavorare nel comitato, diventa un po' come una missione, ed è bello farne parte. Con amore nel servizio, Louisa Roma

Sottocomitato Sito Web

Cari amici, mi chiamo Giampaolo e sono un tossicodipendente, raccolgo volentieri l'invito del "GiorNALino" per illustrarvi l'attività del Comitato Sito web, di cui sono il Coordinatore da di più un anno. Ho "ereditato" questo Servizio da Chiara di Firenze che insieme ad altri membri ha avuto il grande merito d'intuire le potenzialità che un mezzo come internet offre per trasmettere il messaggio. A lei ed ai suoi "collaboratori" vò la mia gratitudine. Quando fui eletto, pensai

che sarebbe stato opportuno raccogliere nel Comitato le capacità tecniche per gestire autonomamente il sito, dal momento che conoscevo le competenze di un membro programmatore. Col suo aiuto e quello di altri ridisegnammo il sito, inserendo alcune pagine di diretta utilità come quelle della "Letteratura", del "Chi siamo", un elenco "Eventi" oltre a mantenere il database delle riunioni italiane di NA e la possibilità di "Contattarci" funzionando da info nazionale. Dopo un po' di reti-

cenze riuscimmo a portare all'attenzione della Regione l'ufficializzazione di una mailing list che da un paio di anni era attiva, inserendone la gestione all'interno del Comitato nel rispetto di Concetti e Tradizioni.

A) L'attività del nostro Comitato è qualcosa di relativamente nuovo nell'ambito degli strumenti che NA mette a disposizione dei propri membri, così, a volte ci siamo trovati a muoverci, circondati da un po' di scetticismo, si sa, come da letteratura, che innestare un'idea nuova nella mente dei dipendenti non è cosa facile... poi con pazienza i tempi sono maturati. All'oggi il sito è una realtà che vanta più di 1500 visite mensili, a vario titolo e da varie utenze. La mailing list ha superato quota 100 iscritti, dando una possibilità in più di condivisione, soprattutto a quei membri isolati o che per varie ragioni non possono accedere ad un Gruppo. Sono molti i dipendenti che ci contattano come primo approccio a NA così come i professionisti che chiedono informazioni, abbiamo realizzato per quest'ultimi una pagina descrittiva delle attività extra-gruppo delle Aree come PI e O&I.

B) Anche sul fronte interno traiamo soddisfazione nel poterci mettere al servizio della Fratellanza, funzionando da tramite e diffusione per

le agende ed i verbali del Crisna, che sono reperibili nella sezione "Eventi". Alla prossima Convention italiana dedichiamo l'home page, fornendo indicazioni e contatti. Ultimamente abbiamo modificato il colore di fondo del sito per poter pubblicare i Bollettini dei Fiduciari su loro richiesta. Abbiamo fornito tutte le Aree, il Giornalino, i Fiduciari di nuovi account di posta elettronica col nome di dominio @na-italia.it. Diamo la possibilità a qualsiasi membro di segnalare la modifica inerente un gruppo, cosa assai preziosa visto l'alto numero di consultazioni della pagina "Riunioni". A breve anche il Giornalino avrà un suo spazio con la possibilità di scrivere direttamente dal sito.

C) I nostri progetti futuri sono legati all'individuazione delle esigenze della Fratellanza ed alle nostre capacità tecniche. Forse l'affinamento e l'allargamento della nostra struttura di servizio potrebbe aiutarci, penso ad esempio, che un giorno sarà possibile avere un Gruppo on line, oppure poter accedere ad una banca dati relativa a materiale di servizio approvato. Le idee non ci mancano ma abbiamo bisogno di voi...

Nel ringraziarvi ed abbracciarvi tutti vi invito a continuare a visitare il nostro sito!

**CONSIGLIO FIDUCIARI
SERVIZI MONDIALI
BOLLETTINO 13**

Alcune riflessioni riguardo ai nostri rapporti con Alcolisti Anonimi

Questo articolo è stato sviluppato dal Consiglio dei Fiduciari dei Servizi Mondiali nel mese di novembre del 1985 in risposta ai bisogni della Fratellanza.

Riflette il punto di vista del Consiglio dei Fiduciari nel momento in cui è stato redatto.

Il problema di come Narcotici Anonimi si relaziona ad altre fratellanze ed organizzazioni ha sempre creato molte controversie all'interno della nostra Fratellanza. Nonostante abbiamo stabilito una linea "di cooperazione, non affiliazione" con le altre organizzazioni, resta molta confusione. La questione diventa più delicata quando coinvolge il nostro rapporto con la Fratellanza di Alcolisti Anonimi. Il Consiglio Mondiale dei Fiduciari riceve un flusso costante di lettere che pongono una varietà di domande riguardo a questo rapporto. E' giunto il momento per un altro articolo di Newslines che faccia luce su questo importante argomento. Narcotici Anonimi si è sviluppata da Alcolisti Anonimi, ma non è identica ad essa. Quasi tutti i

gruppi di NA al loro inizio si sono appoggiati ad AA. Il nostro rapporto con questa Fratellanza nel corso degli anni è stato molto schietto e dinamico. La nostra Fratellanza è nata dallo scompiglio che si creò all'interno di AA sul cosa fare con i dipendenti che bussavano alla sua porta. Così noi guarderemo a queste radici per avere una giusta prospettiva sul nostro rapporto attuale con AA. Bill W., uno dei co-fondatori di AA, diceva spesso che la più grande forza di AA è che questa si concentri su una cosa e su una cosa soltanto. Limitandosi all'unico scopo di trasmettere il messaggio agli alcolisti ed a evitare ogni altra attività, AA può fare questa sola cosa molto bene. L'atmosfera di identificazione è preservata da questa chiarezza nello scopo, e così gli alcolisti ottengono l'aiuto. Già nella fase iniziale, AA si confrontò con questa perplessità: "Che cosa facciamo con i tossicodipendenti? Desideriamo mantenere il nostro unico obiettivo sull'alcool in modo che l'alcolista recepisca il messaggio, ma i dipendenti vengono qua a parlare di droghe, indebolendo involontariamente la nostra atmosfera di identificazione." I Passi erano stati scritti, il Grande Libro era stato scritto - cosa si supposeva dovessero fare, riscriverlo tutto? Permettere che l'atmosfera di identificazio-

ne si diluìsse così tanto che nessuno potesse avere un chiaro senso di appartenenza? Dare calci a quella gente che già stava morendo ricacciandola nella strada? Il problema deve essere stato tremendo per loro. Quando infine studiarono con attenzione il problema, la soluzione che trovarono possedeva tutto il buonsenso e la saggezza caratteristici della loro letteratura. Affermarono che non potevano essere accettati come membri i dipendenti che non fossero alcolisti, ma che potevano dare liberamente i loro Passi e le loro Tradizioni per essere adattati da tutti i gruppi che desideravano usarli. Si impegnarono a dare il loro sostegno in uno spirito "di cooperazione, e non di affiliazione." Questa soluzione previdente ad un problema difficile ha aperto la strada per lo sviluppo della Fratellanza di Narcotici Anonimi. Il problema che cercarono di evitare si ripropose a tutti quei gruppi che cercarono di adattare quei principi ai tossicodipendenti. Come realizzare l'atmosfera di identificazione tanto necessaria per la resa ed il recupero mettendo insieme differenti tipi di dipendenti? Cosa può raccontare qualcuno con un problema di eroina a un altro con un problema di alcool o marijuana o un problema col Valium? In che modo otte-

nere l'unità di cui parla la Prima Tradizione così necessaria per il recupero? La nostra Fratellanza ereditò un duro dilemma. Per una giusta prospettiva su come abbiamo trattato questo dilemma, uno sguardo in più alla storia di AA può esserci utile. Un'altra cosa che Bill W. soleva scrivere e dire frequentemente era ciò che denominò "il colpaccio" di AA - l'enunciato del Terzo e dell'Undicesimo Passo. In quei giorni, la contrapposizione tra spiritualità e religione per AA, fu fonte di perplessità, proprio come la questione dell'unità è stata per noi. A Bill piaceva raccontare che la semplice aggiunta delle parole "come possiamo concepirlo" dopo la parola "Dio" lasciò cadere questa controversia di colpo. Una polemica che aveva il potenziale di dividere e distruggere AA è stata convertita in pietra angolare del programma da quel semplice cambiamento nella frase. Anche i fondatori di Narcotici Anonimi che adattarono i Dodici Passi, pervennero ad un "colpaccio" di importanza forse uguale. Piuttosto che convertire il Primo Passo nel senso più naturale e più logico ("abbiamo ammesso che eravamo impotenti sulle droghe..."), fecero un cambiamento radicale in quel passo. Scrissero, "Noi abbiamo ammesso che eravamo impotenti sulla nostra dipen-

denza...". Le droghe comprendono diversi tipi di sostanze, di cui l'uso di ognuna è un sintomo della nostra malattia. Quando i dipendenti si concentrano e si focalizzano sulle droghe, solitamente si stanno focalizzando sulle loro differenze, perché ciascuno di noi ha usato una droga o una combinazione differente di droghe. L'unica cosa che condividiamo è la malattia della dipendenza.

Fu un colpo magistrale. Con quel singolo cambiamento della frase fu posto il fondamento della Fratellanza di Narcotici Anonimi. Il nostro Primo Passo dà una sola cosa su cui focalizzarci, in modo tale che possiamo farlo molto bene. Trasmettiamo il messaggio al dipendente che ancora soffre. Come beneficio, questa enunciazione del Primo Passo inoltre focalizza la nostra impotenza al di fuori del sintomo e lo colloca sulla malattia.

La frase "impotenza su una droga" per la maggior parte di noi non va bene per un recupero duraturo - il desiderio di usare cessa - ma "impotenza sulla nostra dipendenza" va bene sia per gli anziani sia per i nuovi venuti. La nostra dipendenza si riattiva e causa dei problemi nei nostri pensieri ed emozioni ogni volta che diventiamo compiacenti nel nostro programma di recu-

pero. Questo processo non ha niente a che fare con "la droga di scelta."

Ci difendiamo dal ricorrere all'uso di droga riapplicando i nostri principi spirituali prima che la nostra malattia li allontani. Così il nostro Primo Passo si applica senza considerare la droga di scelta e senza considerare da quanto tempo siamo puliti. Con questo "colpaccio", come fondamento, NA ha cominciato a svilupparsi come un movimento importante in tutto il mondo, poiché molto adatto al problema della dipendenza così attuale. Ed abbiamo appena iniziato. Così mentre la collettività di NA approfondisce la comprensione dei propri principi (particolarmente del Primo Passo), emerge un fatto interessante. La visione di AA, con il suo linguaggio orientato all'alcool, e l'approccio di NA, con la chiara necessità di spostare l'attenzione al di fuori della droga specifica, non legano molto bene. Quando proviamo a mescolarlo, abbiamo lo stesso problema che AA ebbe in precedenza con noi.

Quando i nostri membri si identificano come "tossicodipendenti e alcolisti" o parlano di "sobrietà" e di vivere "pulito e sobrio" la chiarezza del messaggio di NA è offuscata. L'implicazione di questo linguaggio

è che ci sono due malattie. A un primo sguardo questo sembra poco importante ma la nostra esperienza dimostra chiaramente che l'impatto profondo del messaggio di NA è limitato da questa sottile confusione semantica. È evidente che la nostra comune identificazione, la nostra unità e la nostra resa totale come dipendenti nasce da una chiara comprensione dei nostri principi più importanti: siamo impotenti su una malattia che peggiora progressivamente quando usiamo droghe. Non importa quale droga usavamo. Ogni droga che usiamo scatenerà di nuovo la nostra malattia. Recuperiamo da questa malattia applicando i nostri Dodici Passi. I nostri Passi sono espressi unicamente per trasmettere chiaramente questo messaggio. Il nostro linguaggio di recupero deve essere coerente con questi Passi. Ironicamente, non possiamo mescolare questi principi fondamentali con quelli della Fratellanza di AA senza offuscare il nostro messaggio. Questo implica che il metodo di AA è inferiore al nostro, che è basato sulla negazione o sulle mezze misure? Naturalmente no! Anche ad uno sguardo superficiale e rapido al loro successo nel trasmettere il messaggio di recupero agli alcolisti nel corso degli anni è abbondantemente chiaro: il loro è un programma molto buo-

no. La loro letteratura, la loro struttura di servizio, la qualità del recupero dei loro membri, il numero dei membri, il rispetto che godono nella società, queste cose parlano per loro. I nostri membri non devono imbarazzarli adottando la posizione "noi siamo meglio di loro". Questo può essere soltanto controproducente. Entrambe le Fratellanze hanno una Sesta Tradizione per un solo motivo: per non farle deviare dal loro scopo primario. A causa del bisogno che una Fratellanza dei Dodici Passi si focalizzi "su una cosa e su una cosa soltanto in modo da poterlo fare molto bene," ogni Fratellanza dei Dodici Passi deve reggersi da sola, senza affiliarsi con qualsiasi altra. È nostra natura essere separati, ritenerci separati ed usare un insieme separato di termini di recupero, perché ciascuno abbia un proprio e unico scopo primario. L'attenzione di AA è sull'alcolismo e noi dobbiamo rispettare i suoi ideali e le sue tradizioni. Se non possiamo usare il suo linguaggio, non dobbiamo andare alle riunioni di AA ed insidiare quell'atmosfera. Nello stesso modo, i membri di NA devono rispettare il nostro scopo primario ed identificarsi nelle riunioni di NA semplicemente come dipendenti e condividere in modo da mantenere chiari questi principi.

Come fratellanza, dobbiamo continuare a sforzarci di muoverci in avanti e non aggrapparci con testardaggine a radicalismi estremi.

I nostri membri che offuscano involontariamente il messaggio di NA usando un linguaggio specifico sulle droghe, o termini quale "sobrietà", "alcolizzato", "pulito e sobrio", "drogato", ecc., potrebbero con semplicità e chiarezza aiutare l'identificazione come dipendenti usando le parole "pulizia", "tempo pulito", e "recupero" che non implicano sostanze particolari. E tutti potremmo essere di aiuto riferendoci soltanto alla nostra letteratura nelle riunioni, quindi evitando completamente avalli o affiliazioni implicite. I nostri principi si reggono da soli. Per il nostro sviluppo come Fratellanza ed il recupero personale dei nostri membri, "il nostro ap-

proccio al problema della dipendenza" deve emergere chiaramente attraverso quello che diciamo e facciamo nelle riunioni. I membri di NA che hanno usato questi argomenti per razionalizzare una presa di posizione contro AA, ed allontanando di conseguenza molti membri, farebbero bene a rivalutare e riconsiderare l'effetto di questo tipo di comportamento. Narcotici Anonimi è una Fratellanza spirituale. L'amore, la tolleranza, la pazienza e la cooperazione sono essenziali se noi vogliamo onorarla. Mettiamo insieme le nostre energie nel nostro personale sviluppo spirituale per mezzo dei Dodici Passi. Trasmettiamo il nostro messaggio con chiarezza. C'è molto lavoro da fare e abbiamo bisogno l'uno dell'altro se vogliamo farlo efficacemente. Tutto ciò si realizza con lo spirito di unità di NA.



Lettera di ...

JP, Perù (october 2002)

Caro Reaching Out,
La mia vita era un disastro prima di arrivare in NA. Vivevo come un animale. Mi svegliavo senza la voglia di vivere e usavo tutto il tempo. Oggi mi godo il mio programma di recupero perché ho accettato di avere una malattia. Grazie a Dio, come io lo concepisco, posso condividere liberamente come mi sento anche se sono in prigione. Non sto più vivendo nella prigione della mia mente. Grazie al mio Potere Superiore sono un essere umano e non un animale. Sono responsabile per il mio recupero e, sì, tu puoi smettere di usare solo per oggi in NA. Ringrazio Dio e NA per la mia libertà, perché sono finalmente libero!

Lettera di...

PC, Mississippi (ottobre 2002)

Caro Reaching Out,
Il mio nome è P, sono un dipendente di 34 anni in carcere per la seconda volta. Sono stato incarcerato nel 1997, uscito nel 2000 e dopo 4 mesi ero di nuovo dietro le sbarre, sempre a causa dell'uso. Sono entrato e uscito dal programma per molti anni, ogni volta smettevo di andare alle riunioni. La mia dipendenza mi diceva dopo un po' che a quel punto ero in grado di farcela da solo. Sbagliavo! Dopo essere tornato dentro queste mura ho visto che non posso vivere senza NA. A chiunque stia leggendo questo articolo e sta ancora soffrendo dico: "prega e non mollare, datti un break, vai a una riunione NA e ascolta. Forse, solo forse qualcuno

può dire qualcosa che attira la tua attenzione, se non succede continua a tornare finchè non accade". Quando ho pensato di scrivere questa lettera avevo molte cose da condividere. Qui non ci sono strutture di NA e non c'è il programma. Ho ricevuto la copia di Reaching Out datata Ottobre 2000 e continuo a leggerlo e rileggerlo. E' da lì che prendo la forza.

Naturalmente anche i 12 Passi aiutano, i passi oggi sono la mia guida quotidiana. Questa è una supplica di aiuto, una volta pensavo che non avrei mai recuperato, oggi so che c'è una speranza finchè seguo il metodo di NA.

Grazie per avermi lasciato condividere e per favore continuate a mandarmi Reaching Out.



CALENDARIO INCONTRI

Interarea Area Nord
26-27 giugno 2004 - Filorera di Val Masino (So)

XXI ECCNA Convention Europea di NA
23-25 luglio 2004 - Francoforte-Germania

WCNA 31 - 31st World Convention of NA
1-4 September 2005 - Honolulu, Hawaii, USA

Letteratura a disposizione

Tratta dal catalogo del WSO



Libri

- * Testo Base

Opuscoli

- * Chi, cosa, come e perchè
- * Un altro punto di vista
- * Sono un dipendente?
- * Solo per oggi
- * Vivendo il programma
- * Per il nuovo venuto
- * L'accettazione di sè
- * Benvenuto a Narcotici Anonimi
- * Restare puliti nel mondo esterno
- * Una risorsa nella Società
- * Recupero e Ricaduta
- * Il servizio in O&I e il membro di NA
- * Il solitario
- * Il triangolo dell'egocentrismo ...
- * Il gruppo
- * I giovani e il recupero
- * L'esperienza con un dipendente ...
- * La PI e il membro di NA

Libretti

- * Lavorando il 4° Passo in NA
- * Durante le malattie
- * Dietro le sbarre

IL Sottocomitato

Isabella M. Coordinatore

REDAZIONE

Antonio M. Fulvio M.

Giuseppe M. Isabella C.

Silvano P.

Recapito: il giorNALino

C.P.89 Cologno M. Centro 20093 MI

Tel-fax +39 035 314435

e-mail: giorنالino@na-italia.org

www.na-italia.org



Il GiorNALino incoraggia la partecipazione dei suoi lettori. Siete invitati a condividere con la fratellanza NA sul nostro notiziario semestrale Regione Italia. Inviateci le vostre esperienze in recupero, i vostri punti di vista su argomenti NA e le notizie caratteristiche. Tutte le lettere sottoposte diventano di proprietà di Narcotici Anonimi Regione Italia. Per sottoscrizioni, editoriale, informazioni e servizi relativi: "il GiorNALino" CP. 89 - 20093 Cologno Monzese Centro Milano Tel. - fax +39 035 314435 & e-mail - giorنالينو@na-italia.org

Il giorNALino presenta le esperienze e le opinioni personali dei singoli membri di NA. Le opinioni espresse non sono da attribuirsi a Narcotici Anonimi nel suo insieme, né la pubblicazione di qualsiasi articolo implica avallo da parte di Narcotici Anonimi Regione Italia. Tagliando da allegarsi all'articolo sottoposto per sollevare l'Editore dalle responsabilità.

Io sottoscritto autorizzo il Sottocomitato del giorNALino, i loro successori, mandatarî e quelli che agiscono per loro conto a pubblicare il materiale intitolato _____

Mi rendo conto che questo materiale può essere pubblicato. Comprendo inoltre che può essere ristampato in altri notiziari della fratellanza di Narcotici Anonimi internazionali.

Posseggo la piena capacità legale per esercitare tale autorizzazione e qui di seguito sollevo da qualsiasi lamentela da parte mia o dai miei successori o mandatarî.

In fede. Firmato _____ Data _____