



Apadrinhamento, Revisado

Tradução de literatura aprovada pela Irmandade de NA.

Copyright © 1991, 2005 by
Narcotics Anonymous World Services, Inc.
Todos os direitos reservados.

Uma das primeiras sugestões que ouvimos quando começamos a freqüentar as reuniões de NA é para encontrar um padrinho. Como recém-chegados, podemos não entender o que isso significa. O que é um padrinho? Como o encontramos e lidamos com ele? Onde o encontramos? Esse folheto se propõe a servir como uma breve introdução ao “apadrinhamento”.

Nosso Texto Básico nos diz que “o coração de NA bate quando dois adictos compartilham sua recuperação” e apadrinhamento é, simplesmente, um adicto ajudando outro adicto. A via de mão dupla do apadrinhamento é uma relação amorosa, espiritual, compassiva, que ajuda tanto o padrinho quanto o afilhado.

QUEM é o padrinho?

Apadrinhamento é uma relação pessoal e privada que significa coisas diferentes para pessoas diferentes. Para este folheto, um padrinho de NA é um membro de Narcóticos Anônimos, vivendo nosso programa de recuperação disposto a construir uma relação especial, de apoio, conosco. A maioria dos membros vê o padrinho, antes de mais nada, como alguém que pode nos ajudar a trabalhar os Passos de NA e, às vezes, as Doze Tradições e os Doze Conceitos. Um padrinho não é necessariamente um amigo, mas pode ser alguém em quem confiamos. Podemos partilhar com o padrinho coisas que não nos sentiríamos à vontade de partilhar em uma reunião.

Meu relacionamento com meu padrinho foi a chave para começar a confiar em outras pessoas e trabalhar os passos. Eu partilhei com meu padrinho a total confusão que era a minha vida e ele partilhou que passou pelas mesmas coisas. Ele começou a me ensinar como viver sem usar drogas.

O QUE faz um padrinho?

Padrinhos partilham sua experiência, força e esperança com seus afilhados. Alguns descrevem seus padrinhos como pessoas amorosas e compassivas, alguém com quem podem contar para ouvi-los e apoiá-los, aconteça o que acontecer. Outros valorizam a objetividade e desprendimento que o padrinho pode oferecer, apoiando-se em sua sugestão direta e honesta, mesmo quando possa ser difícil de aceitar. Outros ainda procuram o padrinho/madrinha principalmente para receber orientação através dos 12 Passos.

Alguém uma vez perguntou: “por que eu preciso de um padrinho?” O padrinho respondeu: “bom, é muito difícil perceber o auto-engano... sozinho.”

O apadrinhamento funciona pela mesma razão que NA funciona — porque em recuperação os membros compartilham laços comuns de adicção e recuperação e, em muitos casos, sentem uma empatia mútua. A função do padrinho não é de consultor legal, banqueiro, pai/mãe, conselheiro matrimonial ou assistente social. O padrinho também não é um terapeuta oferecendo qualquer tipo de conselho profissional. O padrinho é simplesmente outro adicto em recuperação com boa vontade para compartilhar seu ou sua jornada através dos 12 Passos.

Quando compartilhamos nossas preocupações e perguntas com nossos padrinhos, algumas vezes eles irão compartilhar suas próprias experiências. Outras vezes, eles podem sugerir tarefas escritas ou leituras, ou tentar responder nossas questões sobre o programa. Quando somos novos em NA, um padrinho pode nos ajudar a entender coisas do programa que nos parecem confusas: desde a linguagem de NA, o formato de reuniões e a estrutura de serviço até o significado dos princípios de NA e a natureza do despertar espiritual.

O QUE faz o afilhado?

Uma sugestão é manter contato regular com nosso padrinho. Além de telefonar, podemos combinar de encontrá-lo nas reuniões. Alguns padrinhos nos dirão com que frequência querem ser contactados. Outros não estabelecem esse tipo de exigência. Se não conseguirmos encontrar um padrinho que more perto de nós, podemos nos valer da tecnologia ou dos correios para manter o contato. Não importa como nos comunicamos com nosso padrinho, o importante é sermos honestos e ouvirmos com a mente aberta.

Confio na minha madrinha para me dar uma orientação geral e uma nova perspectiva. No mínimo, ela é uma importante caixa de ressonância. Algumas vezes, basta dizer algo em voz alta a alguém para ver as coisas de modo diferente.

Podemos temer sermos um peso para nossos padrinhos e hesitar em entrar em contato com eles, ou podemos acreditar que nossos padrinhos esperam alguma retribuição de nós. Mas a verdade é que nossos padrinhos se beneficiam do relacionamento tanto quanto nós. Em nosso programa, acreditamos que só podemos manter o que temos quando compartilhamos uns com os outros; recorrendo aos nossos padrinhos, na verdade os ajudamos a permanecerem limpos e em recuperação.

COMO conseguir um padrinho?

Para conseguir um padrinho basta pedir. Mas apesar de isto ser simples, pode não ser fácil. Muitos de nós temos medo de pedir a alguém para ser nosso padrinho. Na adicção ativa, podemos ter aprendido a não confiar em ninguém e a idéia de pedir a alguém que nos ouça e ajude pode parecer estranha e assustadora. Assim mesmo, a maioria de nossos membros descreve o apadrinhamento como uma parte crucial de sua recuperação. Algumas vezes, finalmente tomamos coragem apenas para ouvir alguém dizer não. Se isso acontecer, precisamos ser persistentes, ter fé, e tentar não encarar a recusa como pessoal. As razões que levam uma pessoa a recusar provavelmente não têm nada a ver conosco: eles podem estar com a vida muito ocupada, ou ter muitos afilhados, ou podem estar passando por algum momento muito difícil. Precisamos reafirmar nossa fé e pedir a outra pessoa.

Quando escolhi meu padrinho eu encarei como se fosse uma entrevista. Nós combinamos? Quais são suas expectativas e quais são as minhas? Eu procurei alguém com mente aberta, com quem eu me sentisse confortável para falar.

O melhor lugar para procurar um padrinho é uma reunião de NA. Ou ainda em reuniões de serviço e convenções. Ao buscar um padrinho, a maioria dos membros procuram alguém em quem possam aprender a confiar, alguém que pareça compassivo e que seja ativo no programa. A maioria dos membros, particularmente aqueles que são novos em NA, consideram importante encontrar um padrinho que tenha mais tempo limpo que eles mesmos.

Uma boa dica é procurar alguém com experiências semelhantes, que possa se identificar com nossas lutas e realizações. Para a maioria, encontrar um padrinho do mesmo sexo facilita a empatia e ajuda a nos sentirmos seguros no relacionamento. Alguns acham que o gênero não precisa ser o fator decisivo. Somos livres para escolher nosso próprio padrinho. No entanto, é fortemente sugerido que evitemos entrar em uma relação de apadrinhamento que possa levar a atração sexual. Tal atração pode nos distrair do propósito do apadrinhamento, interferindo em nossa habilidade de partilhar honestamente um com o outro.

Quando fiquei limpa, estava insegura, solitária e querendo fazer qualquer coisa para ter algum conforto e companhia. Minha tendência natural era satisfazer esses desejos e não focalizar o que era necessário para construir os alicerces da minha recuperação. Agradeço a Deus pela integridade daqueles companheiros que me apoiaram e não se aproveitaram de mim nos primeiros dias da minha recuperação.

Alguns companheiros se perguntam se é correto ter mais de um padrinho. Embora alguns adictos escolham esse caminho, a maioria é cautelosa quanto a isso, alertando que ter mais de um padrinho pode induzi-los a manipular de forma a obter as respostas ou as orientações que eles gostariam de ouvir.

QUANDO devemos conseguir um padrinho?

A maioria dos companheiros considera importante conseguir um padrinho o mais cedo possível, enquanto outros esclarecem ser muito importante dedicar algum tempo procurando e tomar uma decisão fundamentada. Ir a muitas reuniões nos ajuda a determinar com quem nos sentimos confortáveis e em quem podemos aprender a confiar. Enquanto estamos procurando um padrinho, se alguém se oferecer, não temos que dizer sim. É bom lembrar que se conseguirmos um padrinho para nos ajudar no princípio de nossa recuperação, somos livres para mudar mais tarde se essa pessoa não vier a corresponder a nossas necessidades.

Eu comparo o tempo que se leva para conseguir um padrinho a um afogamento. Eu precisava desse padrinho/salva-vidas imediatamente!

Quando estamos novos no programa, precisamos encontrar outros adictos para pedir ajuda e apoio. Nunca é cedo demais para pedir e usar números de telefone e começar a partilhar com outros adictos em recuperação. Nosso programa funciona graças à ajuda que podemos oferecer uns aos outros. Não precisamos mais viver isolados e começamos a nos sentir parte de algo maior que nós mesmos. Apadrinhamento nos ajuda a ver que, ao chegarmos a NA, finalmente chegamos em casa.

Você pode ter perguntas sobre apadrinhamento que este IP não respondeu. Embora possam não haver respostas “certas” ou “erradas” para suas perguntas — a experiência de nossa irmandade varia de uma comunidade para outra e de um membro para outro — nós temos o livro sobre apadrinhamento* que aborda mais profundamente vários assuntos relacionados a apadrinhamento.

CONTATOS

* disponível apenas em Inglês.