

Apadrinhamento

Uma das primeiras sugestões que ouvimos quando começamos a frequentar as reuniões de NA é buscar apadrinhamento. Como recém-chegados, podemos não entender o que isso significa. O que é um padrinho? Como encontramos um padrinho ou madrinha e lidamos com essa relação? Onde encontrar? A proposta deste folheto é servir como uma breve introdução ao tema.

Nosso Texto Básico diz que “o coração de NA pulsa quando dois adictos compartilham a sua recuperação”, e apadrinhamento é, simplesmente, um adicto ajudando outro adicto. Essa via de mão dupla é uma relação amorosa, espiritual e de identificação, que ajuda tanto padrinhos e madrinhas quanto afilhados e afilhadas.

QUEM é o padrinho ou a madrinha?

O apadrinhamento é uma relação pessoal e privada que tem significados diferentes para pessoas diferentes. Neste folheto, padrinho ou madrinha de NA é um membro de Narcóticos Anônimos, que vive nosso programa de recuperação, disposto a construir conosco uma relação especial, de apoio. A maioria de nós vê a madrinha ou o padrinho, antes de mais nada, como alguém que pode nos ajudar a trabalhar os Passos de NA e, ocasionalmente, as Doze Tradições e os Doze Conceitos. Não é necessariamente um amigo, mas pode ser uma pessoa em quem confiamos. E com quem podemos partilhar coisas sobre as quais não nos sentiríamos à vontade 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 havia passado pelas mesmas situações. Ele começou a me ensinar como viver sem usar drogas.

O QUE faz o padrinho ou a madrinha?

Padrinhos e madrinhas partilham suas experiências, forças e esperanças com seus afilhados e afilhadas. Alguns descrevem suas madrinhas ou padrinhos como pessoas amorosas e empáticas, com quem podem contar para ouvi-los e apoiá-los, aconteça o que acontecer. Outros valorizam a objetividade e desprendimento que podem oferecer, apoiando-se em suas sugestões diretas e honestas, mesmo sendo difícil de aceitar. Outros ainda procuram o padrinho ou madrinha principalmente para receber orientação através dos Doze Passos.

Alguém uma vez perguntou: “Por que eu preciso de um padrinho?” O padrinho respondeu: “Bem, é muito difícil perceber o autoengano... 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 identificação mútua. A função do padrinho ou madrinha não é a de consultor legal, banqueiro, pai ou mãe, conselheiro matrimonial ou assistente social. Também não é terapeuta, oferecendo qualquer tipo de conselho profissional. A madrinha ou padrinho é simplesmente outro adicto em recuperação com a boa vontade de compartilhar sua jornada através dos Doze Passos.

Quando partilhamos nossas preocupações e perguntas com nossos padrinhos ou madrinhas, algumas vezes eles irão partilhar

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 ou uma madrinha pode nos ajudar a entender aspectos do programa que nos parecem confusos: desde a linguagem de NA, o formato de reuniões e a estrutura de serviço, até o significado dos princípios da Irmandade e a natureza do despertar espiritual.

O QUE faz um afilhado ou afilhada?

Uma sugestão é manter contato regular com nosso padrinho ou madrinha. Além de telefonar, podemos combinar encontros nas reuniões. Algumas madrinhas e padrinhos nos dirão com que frequência desejam ser contatados. Outros não estabelecem esse tipo de exigência. Se não conseguirmos encontrar apadrinhamento perto de nós, podemos nos valer da tecnologia ou dos correios para manter contato. Não importa como nos comunicamos com nosso padrinho ou madrinha, 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 alto e em bom tom a alguém para ver as coisas de modo diferente.

Podemos temer ser um peso para nossos padrinhos ou madrinhas e hesitar entrar em contato com eles, ou podemos acreditar que esperam alguma retribuição de nós. Mas a verdade é que eles se beneficiam do relacionamento tanto quanto nós. Em nosso programa, acreditamos que só podemos manter o que temos quando partilhamos

uns com os outros; recorrendo aos nossos padrinhos ou madrinhas, na verdade os ajudamos a permanecer limpos e em recuperação.

COMO conseguir um padrinho ou madrinha?

Para conseguir apadrinhamento 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 ou madrinha. Na adicção ativa, podemos ter aprendido a não confiar em ninguém e a ideia de pedir que uma pessoa nos anos ouça e nos ajude pode parecer estranha e assustadora. Mesmo assim, a maioria de nossos membros descreve o apadrinhamento como parte crucial de sua recuperação. Algumas vezes, finalmente tomamos coragem, apenas para ouvir alguém nos 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: ela pode estar com a vida muito ocupada, ter muitos afilhados, ou pode 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 ou madrinha é uma reunião de NA. Ou ainda em reuniões de serviço e convenções. Ao buscara apadrinhamento, a maioria dos membros procura alguém em quem possa

aprender a confiar, com quem pareça ter identificação e que seja ativo no programa. A maioria dos membros, particularmente aqueles que são novos em NA, consideram importante encontrar um padrinho ou madrinha 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, ser apadrinhado por uma pessoa do mesmo sexo facilita a identificação 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 ou madrinha. No entanto, é fortemente sugerido que evitemos entrar em uma relação de apadrinhamento que possa levar à atração sexual. Tal situação pode desviar-nos 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 focar 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 ser apadrinhado por mais de uma pessoa. Embora alguns escolham esse caminho, a maioria dos adictos são cautelosos quanto a isso, alertando que ter mais de um padrinho pode induzi-los à manipulação para obter as respostas ou orientações que gostariam de ouvir.

QUANDO devemos buscar uma madrinha ou um padrinho?

A maioria dos companheiros considera importante buscar apadrinhamento o mais cedo possível, enquanto outros esclarecem que é crucial dedicar algum tempo procurando para 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 ou madrinha, se alguém se oferecer, não precisamos dizer sim. É bom lembrar que, se conseguirmos um padrinho ou madrinha para nos ajudar no princípio de nossa recuperação, somos livres para mudar mais tarde se essa pessoa não 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 somos novos no programa, precisamos encontrar outros adictos para buscar ajuda e apoio. Nunca é cedo demais para pedir números de telefone, usá-los e começar a partilhar com outros companheiros 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. O apadrinhamento nos ajuda a ver que, ao chegarmos a NA, finalmente estamos em casa.

Você pode ter perguntas sobre apadrinhamento que este IP não respondeu. Embora possa 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 ao tema.

CONTATOS:



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

World Service Office
PO Box 9999
Van Nuys, CA 91409 USA
T 818.773.9999
F 818.700.0700
Website: www.na.org

World Service Office—CANADA
Mississauga, Ontario

World Service Office—EUROPE
Brussels, Belgium
T +32/2/646 6012

World Service Office—IRAN
Tehran, Iran
www.na-iran.org



Tradução de literatura aprovada pela Irmandade de NA.

Narcotics Anonymous,    e The NA Way
são marcas registradas de

Narcotics Anonymous World Services, Incorporated.

ISBN 978-1-55776-137 -8 Portuguese (Brazil) 11/16

WSO Catalog Item No. PB-3111



Narcotics Anonymous®
Narcóticos Anônimos

IP nº 11-PB

Apadrinhamento
Revisado