



"רק להיום ארוה שמה - כמו שאמר אברהם לינקולן - רוב בני האדם שחיים, במידה שהם ממליטים להיות כאלה."



בועדה יש רצון לחדש אירועים שעשו בעבר וזהו שים נשכו. בעבר נעש מסעות תחפושות (אין אין אומים פורים, היות והתכנית שלנו אינה דתית) רבות לאור השנים. זכינו לארגן את מסכת פורים בישראלים לפני שנים רבות מאוד ושמתני לחדש את המסורת ולהביא שמחה ואחדות שוב לחברותא.

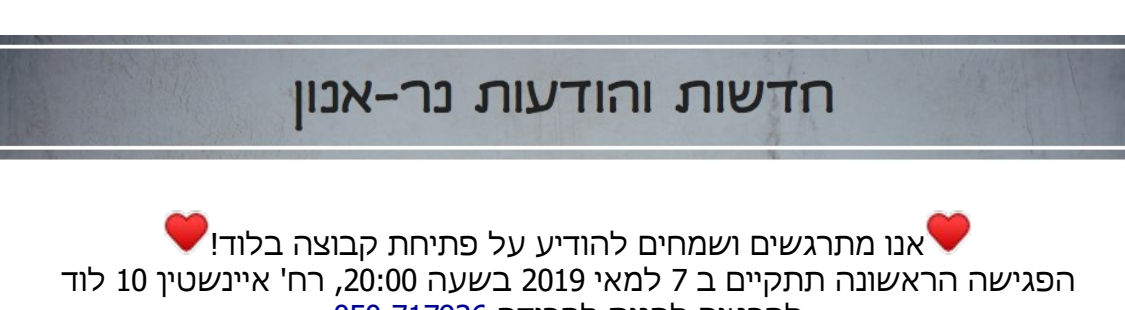
בחודש מרץ ערכנו מסיבת תחפושות בבית רוזן ברמת גן, לאחר מחשבה רבה ובכיר לספק את המטרות. אחרות משתנה. המסע והמון פורים הועדו ובעלון כחודשים מראש, ביקשנו מכל נציגי הקבוצות להפץ את המסיבה, אך לעציר רעיון מעטים לעומת ההשקעה הרבה של זמן, טלפונים, ארגון וכסף.

אלון שרגעון וכו במסיבה מרילין, 'אחתון ממן' הקפיצו את הערב בשמחה, יקטרים ותחרות תחפושות. זהו כיבוד ברוחב לב ובעיקר מלא מלא חתכים והתמורה רחוקה רבה.



תודה לחברים ולחברות שרגעון לסרגן, לשמוע נתנו אימון בנותי השירות. תודה לבחורות שנתנו די בעזרה ועצה במהלך ארגון המסיבה. מקווה שאירוע זה יהיה ממוגן בהתרחות ולזהבא לכל אירוע שתיום הועדוה יהיה אמון מלא מהתבררות כי 'רק ביחד זה עובד'.

וועדת תרבות, סגיל



חדשות והודעות נר-אנון

♥ אנ מחרגשים ושחיים לחידוע על פתיחת קבוצה בלודן ♥
הפגשה הראשונה תוקעים ב 7 למאי 2019 בשעה 20:00, רוד אינישטין 10 לודן
לפרטים לפנות לפריירה 054-6963002

 פגישה הועדה הראצית התקיימה בתאריך 10/3/19 הפגשה הבאה בתאריך 7/4/2019 בשעה 19:00 במתנס ברחוב לבוירו 17 בת ים
 כל חבר נר-אנון יכול ומזמן להשתתף
 ועדת מידוע ליציבור מבקשת מהחברותא עזרה מתגדבים המעניינים לעזור בהפצת הבשורה של נר-אנון בבתי כלא, פנישה עם עובדים סוציאליים ועוד לפרטים לפנות לפרייל 090-4557273

 Sharing Experience Strength and Hope (SESH) ספרות ותרגום מחפשת להרחיב את המשפחה במתנדבותים בתרגום ספרות נר-אנון. ביולו ללגטורק לעניינה ענינה החברותא לפרטים לפנות לזינ 054-7519067
--



קבוצות נר-אנון משתפות

הנחיה מסוג אחר

הקבוצה שלנו בפ"ת נפתחה שוב ביוני 2018, אחרי מספר שבוע של שעות שכנוע ומפגשים עם בכירים בעירייה. סיכנו על מסלול גלוי, ממוגן, נעים ונקי עם מטבח ומקור. מכונות הקפאצו הוה עלי לראוג מנסיונות מודי שבנו. בחודשים הראשונים הועלחו במשימה אבל לאט לאט הרגשתי קושי במציאתם והדבר הסתכל אותו לא נעטע נסענו לבתים-בית למועדא הראצית שמתכנסת אחת לחודש וללמלי הרב רותי וירי ודור דורון מנסס באורלנדו מלינה בחודש ובקיער עם רעיונות חדשים ויציריים. היא הראתה לי דפים שרביעה משם עם מסימות ותפגשים מתרגם כמו למשל: "האומן לשונות" "ארהב" "אומץ" "עלשים לא תחיה" לבד", נושא הפגשה הוא מלילי או סיסמה מתוך מאגר השמרים באופן אקראי. מאז כולנו זוכים למגוון מסוגים שונים, דווקא כשאנחנו משתמשים בפתקים קיימים אצל חסיד תומעה חקה ארה"ב, בחללית ממליצה בכנס הראשון של נר-אנון במעלה התמישה עזרתי לחיות לקיים פגישה דומה לפגישה התקום אך באבנים. כל המסורת והמפגשים שנוהג בקבוצה על היותה מרגשת במיוחד.

מבקשת להחזיק אתכם! להגיע אלנו בימי חמישי בשעה 20:00, במקלט ברחוב גולדנרשר 13 פתח תקווה

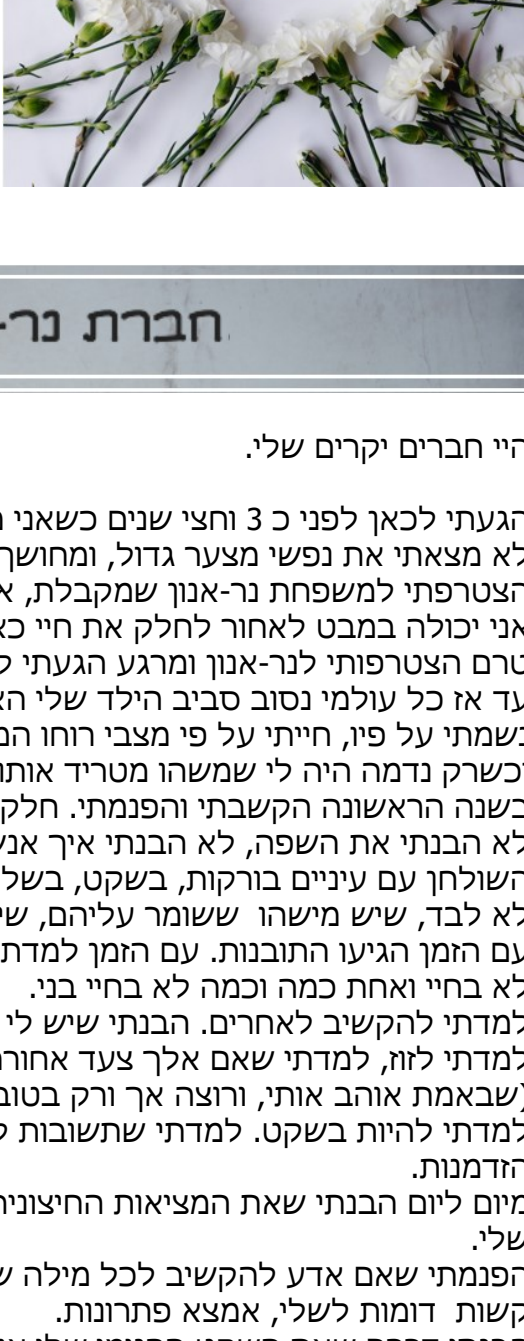
אורבת בכל ילבי, מלי - קבוצת פתח תקווה

בסוף הפגשה התפתחה שרירותה בקריית מנשה רחוקה ותענית רבה ברכישה ספרות מעד העובדים הסוציאליים שרגעון. בין חברי הקבוצה עלתה השאלה האם זה בסדר יעבור לאפשר לאורחים/עושים יגשה לספרות. בשבוע שלאחר מכן, התקיימה פגישה מעגלית והנשא עלה דיוון בין חברי הקבוצה, באם נכון הדבר או לאו. החברים הבינו את דעתם ורצונותיהם המגוון, באם רכינו שיהיה שיהיה את התשובה, הוחלט להעלות את השאלה לועדה.

לועדה הועדה לשאלה היתה שהפגשת הספרות לכל המבקש את דבר מבורר מאחר ואנו עוסקים בפרסום ורק על משיכה, כאשר יש ביקוש להפגשה לספרות.

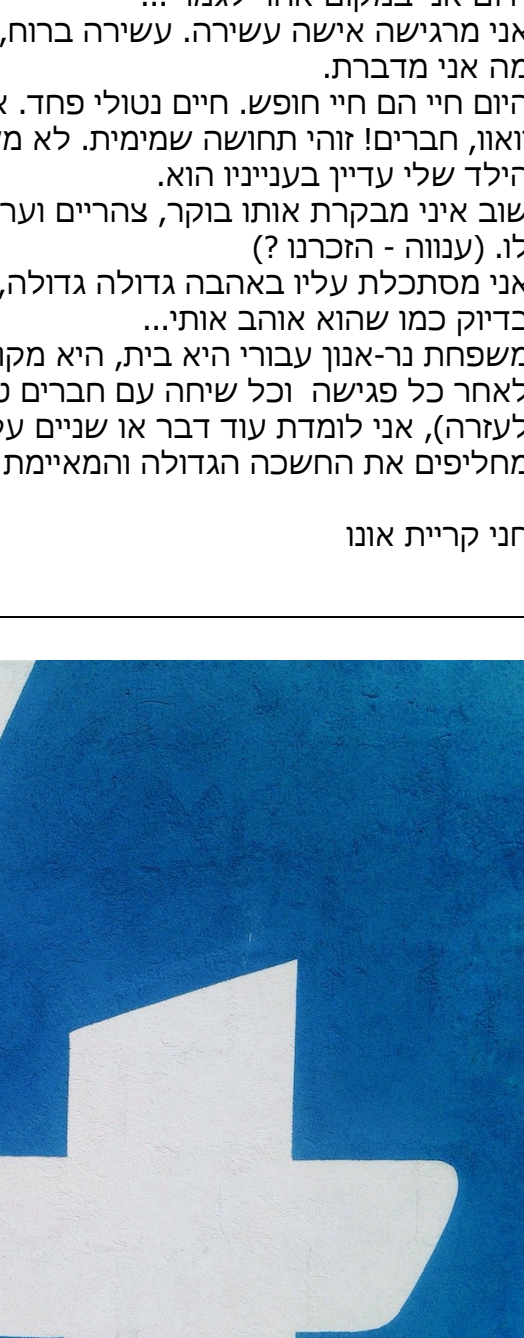
נאפשר ולא נמנע אותה.

אורבים, יגאל - קבוצת קריית אנון



ריתות קבוצה מעליות מאוד! הופתענו מאוד ממכונת האורחים והחברים החדשים שרגעון. המסרים של החברים היו מכוננים ומעצים. ברבע שעה אחרונה של הפגשה ניתנה רשות דובר לכל החברים וכולם שתפו ברגעם החברתי כמו בסדור לאורחים ולחדשים על ההתנהלות של נר-אנון ב בחורים והן לבני קבוצה צעירים והספנות. קבוצת חוקן שמחה ורגשית על הגדילה שלה בזמן האחרון! החדר מהווה כוח איכותי לנתיקים שבדרך למקבצה מאד מעגשית ומעבדת באהבה גדולה ובחיבוק עם חדשים שמגיעו!

אורבת, שירה - קבוצת חולון



חברת נר-אנון משתפת

חי חברים יקרים שלי,

הגעתי לכאן לפני כ 3 וחצי שנים כשאני מרוסקת, מפורחת ומיואשת. לא מצאתי את נפשי מפער גדול, ומחשך שרלך ואפך אותי. התגלתי ממשפחת נר-אנון שנהלבת אותה ואנה משפחת אחי. אני יכולה מבטב לאחור לחלק את חי' כאם לנער מתבגר (היום בני בן 25) לשניים: טום והטנפופו לנר-אנון ומרגע הגעת לכאן... עד אל כלי עולמי סובב סביב הילד של האהוב, שעיקר עיסוקו הוא בישור פנים. נשמתי על פיו, חייתי על פי מצבי רוחו המשתנים. כשהוא היה בטוב היינו בישור פנים. ומשך דממה היה לי שמשור מטרד אותו הוא מצבורת, חשתי שכל עולמי חרב עלי. ביננה הרגשתי הקשקשי והתפתות חלק מהדברים הבנו על ידי וחלק גדול מהם לא... לא הבנתי את המשך, לא להבנתי אך אישנים עם בניות דומות לשלילי "ושבים סביב השולחן עם עניים ברוקות, בטקט, בשלווה ובעיקר מתוך ידיעה שיש להם מוצק סביבם לא לבד, שיש משרה לשמור עליהם, שדוע מה טוב עבדום. עם הזמן רגעי הרגשות עם הזמן למעו עתוה ובעי, הבנתי שאני לא יכולה ללשנו. לא בחיי ואחת מה זכמה לא בחיי בני.

למדתי להקשיב לאחרים. הבנתי שיש לי הרבה ללמוד מהם. למדתי לפת, למדתי שאם אני עוה אתורה ואפתה מקום - תהיה לכה הגדול שלי (שבאמת אורב בטקט. למדתי שתשובות לדברים מאד פשוטות נגעה אם רק אתן להן להמנות.

למדתי להיות בטקט. למדתי שתשובות לדברים מאד פשוטות נגעה אם רק אתן להן ליום הבנתי שאת המציאות החיצונית אני פשוט רואה אך רק דרך ז, הפנימית שלי.

הנפחתי שום אל להקשיב לכל מילה שנאמרת בקבוצה מפי אנשים שעברו חוויות קשות דומות לשלי, אפילו פורחות. הבנתי דרכם שאת השקט הפנימי שלי אני יכולה להשיג דרך אחרים של אחרים. היום אני במקום אחר לגמרי...

אני מתעשה אישה עשירה. עשירה ברוח, עשירה בחברים נפלאים, שמכניסם בדיוק על מה אני מדברת.

היום חייהם חי חופש. חיים נטולי פחד. אני לא לבד בעולם. וואו, הברכה! חיי חופשה נשמיים. לא משנה מה קורה, מה קורה - אני לא לבד... הידלי שלי עדיין בענייני רוחא.

שוב אני מבקרת אותו בוקר, צוררים וערב. איני מלמדת אותו מה נכון עבורו, ומה טוב לו (נעוור - וחסכו 2) אני מסובלת וליכי באהבה גדולה דורות, ודעות שגם לו יש כח עליון שאורב אותו בדיוק כמו שהוא אורב אותי...

מפגשות נר-אנון עבדי רואה ברת, היא מקום שאילני אני מגיעה בלי מסכות. למדתי כי פגישה לכל שירה עם חברים טובים (שעמדו קשיבים אצלי, תמיד מושיטים יד לעזרה), אני לומדת עוד דבר או שניים על עצמי, וגוהות של אור עדי, עוטף וגיעם מחליפים את החשכה הגדולה והמאיימת שחייתי בה עד שהגעתי לקבוצות.

חני קריית אנון

הצעד הרביעי

ערכנו חשבון נפש מסורי יסודי וחסר פחד של עצמנו.

צעד של ניקון

את שלושת הצעדים הראשונים במסגרת תוכנית 12 הצעדים אפשר לסכם בקלות:

- אני לא יכול
- מישהו אחר כן יכול
- אתן לו לעמוד לי.

אנחנו מגיעים אל הצעד הרביעי מחזוקים ומאמינים שאנו לא לבד. עם החרת הגבית החדשה (או הוחזקת) בחיינו, אנחנו נגשים לעשות ניקי יסודי. "כאשר עסק עוה רשמת מלאי, מתוך בסיס תהליך הריטהרה הוא לאיתר חסרות פגמוות ובלתי ניתנות למכירה ולחיסור מרן מיד ולמלא חרטא. אם בעל החסן חצות להצליח, הוא אינו יכול לדמות את עצמו בקשר לעקר הורבים" חשבון הנפש איבא אותו למפגש הפגיש שאל אפרסו והתפתח וחת על עבה. שנים הסותבות עם פגעים אמלי, שלא בהריא, אבל גם לא דימנו. חשבנו שנוכל להמשיך לחיות חופים, אולם הם המשיכו להאכיל לנו.

הצעד הרביעי אינו אלא התחלה להגדילה והמאיימת שחייתי בה עד שהגעתי לקבוצות.

<להמשך קריאה>

המסורת הרביעית

כל קבוצה צריכה להיות עצמאית, פרט לעניינים המשפיעים על קבוצות משפחת נר-אנון אחרות, או NA ככלל.

מסורת זו מעיקה חופש ועצמאות לכל קבוצה להחליט את הוללותה ברחאם לאופיה של הקבוצה. לדוגמה, המסורת מאפשרת לכל קבוצה להחליט על פורטם הקבוצה המתאים לה. קבוצות נר-אנון מתאפיינות במגוון סגנון, לוגמה, ניוון להנחין שיש הבדל בין הקבוצות השונות בהשגת מטרות. בקבוצות חדשות חוקיות לרוב אין בעיה בהשגת מטרות מתוך החברים שבקבוצה למעט קבוצות קטנות. קבוצות פתוחות התמודדה עם הבעיה דרך רעיון שהגיע מועדית השירות העולמית, פתקים בהם רשומים משאבים סימטואל, כשהבירה מרינה פתקית ונושא הערב נקבע ביד המקרה ובוח אלוהים (ראה פירוט על כך בהיבטי מלי, מסיבות פתוחות בעולן חי). אופיה של הקבוצה בבנה ומשתנה בהתאם לדוח החברים שמשתאבא במספון הקבוצה ועל חברי הקבוצה ליום ולעולת רעיונות שייטבו עם החברים.

<להמשך קריאה>

אביב שמח, התחדשות ופריחה לתברותא שלנו

אורבים, חברי הועדה הראצית

