

ABRIL DE 2016

VOLUMEN TREINTA Y TRES ♦ NÚMERO DOS



- DC: Bangladesh y Virginia Occidental
- Por qué hago servicio
- Recuperación en la jungla



REVISTA INTERNACIONAL
DE
NARCÓTICOS ANÓNIMOS

La revista NA Way se publica en inglés, francés, alemán, portugués, español, japonés y ruso y pertenece a los miembros de Narcóticos Anónimos. Su misión, por lo tanto, es brindar información de recuperación y servicio a todos los miembros, así como entretenimiento relacionado con la recuperación, lo que incluye desde cuestiones de actualidad a acontecimientos de importancia para cada uno de nuestros miembros de todo el mundo. El equipo editorial, para respetar esta misión, intenta preparar una revista abierta a artículos escritos por miembros de todo el mundo y brindar información sobre temas de servicio y convenciones. Pero sobre todo, esta publicación está dedicada a celebrar nuestro mensaje de recuperación: «que un adicto, cualquier adicto, puede dejar de consumir drogas, perder el deseo de consumirlas y descubrir una nueva forma de vida».

World Service Office

PO Box 9999

Van Nuys, CA 91409 USA

Teléfono: (818) 773-9999

Fax: (818) 700-0700

Sitio Web: www.na.org

The NA Way Magazine da la bienvenida a la participación de sus lectores. Los invita a compartir con la Confraternidad de NA en su publicación internacional trimestral. Envíanos tus experiencias de recuperación, tus opiniones sobre cuestiones de NA y otros artículos. Todos los manuscritos recibidos son propiedad de Narcotics Anonymous World Services, Inc. Suscripción, editorial y asuntos comerciales: PO Box 9999, Van Nuys, CA 91409-9099, USA.

La revista NA Way publica las experiencias y opiniones personales de miembros de Narcóticos Anónimos, por lo tanto éstas no deben atribuirse a Narcóticos Anónimos en su conjunto. La publicación de un artículo no implica el apoyo de Narcóticos Anónimos, de la revista *The NA Way Magazine* ni de Narcotics Anonymous World Services, Inc. Si deseas suscribirte gratuitamente a *The NA Way Magazine*, escribe por favor a la dirección abajo indicada o manda un email a naway@na.org.

The NA Way Magazine, (ISSN 1046-5421). *The NA Way* and Narcotics Anonymous are registered trademarks of Narcotics Anonymous World Services, Inc. *The NA Way Magazine* is published quarterly by Narcotics Anonymous World Services, Inc., 19737 Nordhoff Place, Chatsworth, CA 91311. Periodical postage is paid at Chatsworth, CA and at additional entry points. **POSTMASTER:** Please send address changes to *The NA Way Magazine*, PO Box 9999, Van Nuys, CA 91409-9099.

Editorial

Este número del NA Way llega a muchos lugares del mundo y de nuestro programa de recuperación. Los miembros comparten sobre los desafíos y triunfos de vivir limpios. Los órganos de servicio subrayan las recompensas de trabajar unidos para ayudar a llevar el mensaje de NA. Y los servidores de confianza reflejan los dones que nos da la recuperación y el servicio. Este es un año de **Conferencia de Servicio Mundial**, así que por supuesto hemos incluido también información y testimonios sobre esa experiencia.

Esperamos que no te importe que hagamos otro recordatorio más sobre las suscripciones electrónicas como parte de nuestros esfuerzos continuos por ahorrar. Hemos demorado la próxima limpieza de nuestra base de datos y esperamos que esto te dé suficiente tiempo para prepararte para el cambio. Visita por favor www.naway.org donde encontrarás el último número y todos los anteriores de la revista (hasta 1997). Pasa el mouse sobre la portada de los números recientes para acceder e imprimir el póster. Exhíbelos o enmárcalos como regalo de cumpleaños de NA. Y echa un vistazo a cada número para hacer clic en los enlaces a los sitios web de área o regionales con información y artículos relacionados.

Por último, parece que hace bastante tiempo que esta columna no incluye un sincero agradecimiento. Los adictos de todo el mundo comparten su recuperación, aportan información y nos ayudan a establecer relaciones para el NA Way. Gracias por compartir tus experiencias personales, por tu servicio y por el continuo apoyo. ¡Y sigue mandándonos cartas y tarjetas!

De J., Editora

EN ESTE NÚMERO

Artículo de fondo	3	Concurso de leyendas	8
• Recuperación en la selva		Centro de servicio:	
Compartir	5	talleres en el mundo	9
• Una influencia silenciosa		Desarrollo de la confraternidad	13
• Atravesar el dolor		Por qué hago servicio	15
• Medicación:		Calendario	18
una decisión consciente		Productos nuevos de los SMNA	19
• La tormenta		De próxima aparición	20

Los suscriptores electrónicos pueden
hacer clic aquí para acceder al contenido adicional

Foto de la portada: Pintura callejera hecha por un miembro de NA
en Tauá, Ilha do Governador, Rio de Janeiro. Foto: Joe T., Oregón, EEUU

La revista NA Way está abierta a las cartas de todos los lectores y lectoras. Las cartas al editor pueden responder a cualquier artículo que haya aparecido o sencillamente expresar un punto de vista sobre algún tema de interés de la Confraternidad de NA. No deben exceder las 250 palabras y nos reservamos el derecho de corregirlas. Todas las cartas deben llevar firma, una dirección válida y un número de teléfono. Se utilizará el nombre y la inicial del apellido como firma, a menos que se solicite que sea anónima.

Recuperación en la jungla

Un llavero...

Un domingo estábamos en el campo de refugiados de Calais, Francia, para construir una cabaña para una familia iraní. Uno de los iraníes que estaba por ahí se sentó a hablar con nosotros en su inglés chapurreado y me ofreció fumar marihuana, que naturalmente rechacé. Seguimos conversando un rato y me dijo que si no conseguía llegar a Inglaterra, se mataría, que no tenía otra alternativa. Así es la lastimosa y desesperada situación de la jungla de Calais.

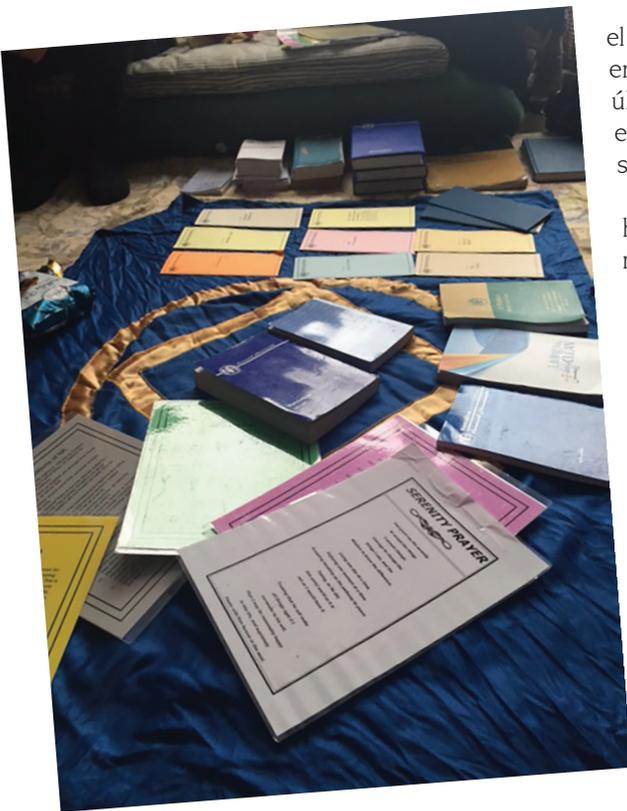
En mis esfuerzo por darle un poco de esperanza a ese hombre devastado, le dije que uno nunca sabía cómo podía cambiar la vida ni lo que pasaría. «Mira mi marido –le expliqué señalando a mi esposo que estaba construyendo una cabaña.– Era adicto a la heroína, vivía en la calle, en la cárcel o en el hospital, y ahora tiene una familia, está sano y una vida llena de amor.» El hombre se quedó callado y me pregunto... ¿si había oído hablar de NA! Le dije que sí, pero no me creyó hasta que le enseñé mi llavero de NA. En ese momento se echó a llorar.

Resulta que ese muchacho, precisamente uno entre seis mil refugiados con el que me puse a hablar por casualidad, había estado seis años y medio limpio en Irán. Huyó de su país para acabar en el peor sitio de la humanidad, en su última esperanza: la jungla de Calais, y, en su desesperación, había recaído. Y entonces, en ese momento tan oscuro en que había perdido la fe, su poder superior le recordaba que todavía formaba parte de la confraternidad de NA.

Seis mil personas en ese campo y nuestro grupo variopinto terminó hablando con él. ¡Qué fuerte! ¿Acaso la frase «nunca más solos» podía ser más apropiada?

Desde entonces, hemos estado trabajando con otros miembros de Londres, de Brighton, de otros lugares de Inglaterra y con varios miembros de NA de Francia. Conseguimos literatura en farsi y abrimos un grupo en el campo de refugiados. Hoy hay una reunión con 25 miembros «locales» que viven en el campo y siguen reuniéndose.

Amanda A., Lancashire, Inglaterra



Literatura en la reunión de la jungla de Calais

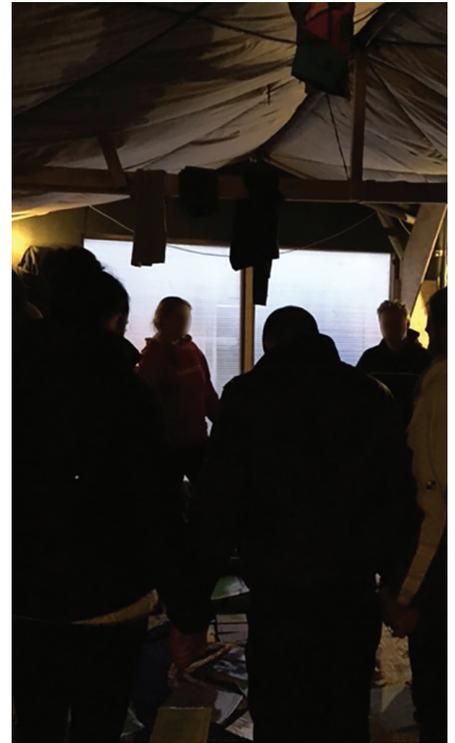
... y doce pasos

¿Qué puedo añadir al testimonio de Amanda? Los miembros ingleses de NA han sido increíblemente solidarios organizando este grupo y acudiendo con frecuencia desde el principio. Nuestro comité de ayuda a grupos, Comité Aide aux Groupes (CAG), y algunos miembros franceses a título individual también lo han apoyado y viajado hasta allí casi cada sábado. El apoyo y la coordinación de un puñado de miembros de NA de lengua farsi de París (incluido un muchacho que también vivió en la jungla de Calais) son extremadamente valiosos, ya que ninguno de los miembros iraníes de Calais habla inglés ni francés.

La primera reunión tuvo lugar el 28 de noviembre de 2015, con tres adictos «locales» (residentes en el campo de refugiados) y una decena de compañeros ingleses y franceses. Al cabo de un mes, había 18 personas en la reunión, incluidos 15 residentes de la jungla! La mayoría de ellos son iraníes, porque la reunión es en farsi, pero también porque en Irán hay centenares de reuniones y mucha gente conoce el programa de NA.

Cuando vamos, asistimos a la reunión y por lo general tratamos de apoyarlos también de otras maneras: quizá con un poco de información pública/relaciones públicas o ayudando, por ejemplo, a construir una cabaña. Como todos sabemos, esta experiencia funciona en ambas direcciones: para ellos, que a veces están desesperados, pero, al mismo tiempo, llenos de determinación; y para nosotros, que en el viaje en coche de ida y vuelta (de siete horas) siempre nos reímos y compartimos. Y juntos, durante la reunión, todos sentimos la fuerza del programa, la confraternidad de NA y un poder superior que nos une, más allá de las barreras culturales o del idioma. Este es el sentido que nos llega a través de los Doce Pasos.

Arnaud A., París, Francia



Tienda de campaña de la reunión de la jungla de Calais



Recibe más, da más

iCambios en las suscripciones!

En el número de octubre de 2015 y en el de enero de 2016, hablamos de nuestros esfuerzos para reducir costos alentando las suscripciones electrónicas al *NA Way*. ¡Agradecemos la respuesta de muchos compañeros que eligieron la suscripción electrónica! Estamos agradecidos por el interés y el apoyo continuos a nuestra revista de recuperación.

Aún tenemos muchas suscripciones «duplicadas». Algunos miembros están suscritos a la versión en papel y electrónica. Creemos que muchas de estas suscripciones dobles se deben a un error o son producto del cambio a la versión electrónica sin anular la de papel.

En un esfuerzo por limpiar nuestra base de datos y disminuir estas suscripciones duplicadas, interrumpiremos a partir del número de abril aquellas en papel que ya dispongan de suscripción electrónica. (En un principio planeábamos hacerlo a finales de febrero, pero lo hemos demorado para dar más margen de notificación.)

En la versión electrónica del *NA Way* tienes contenido adicional y además contribuyes con nuestra iniciativas de recorte de gastos. No vamos a interrumpir por completo las suscripciones en papel, de manera que si sigues necesiéndola podrás volver a suscribirte después del proceso de limpieza. Enviaremos un email a todos los que tengan una suscripción duplicada antes de proceder al cambio. ¡Esto significa que todos recibiremos más y daremos más!

Adapta tu suscripción en www.na.org/subscribe

(o por email a naway@na.org con «get more, give more» en la línea de asunto)

Gracias por apoyar
The NA Way Magazine

Una influencia silenciosa

Nunca imaginé que mi condición de inmigrante en un país con un idioma y sistema de vida completamente diferentes a los míos pudiera tener tal impacto en mi aparentemente sólida recuperación. La necesidad urgente de instalarme me impuso la obligación de modificar de manera drástica mi rutina diaria. Debido a que siempre he tenido un talento especial para convertir motivos reales en excusas absurdas, no pasó mucho tiempo antes de que empezara a sentirme otra vez asustado, triste y amargo.

El forzoso proceso de adaptación a mi nueva realidad sacudió dramáticamente mi panorama interior. El trabajo que desempeñaba me ayudó a desarrollar un nuevo grado de paranoia. Las relaciones personales prácticamente desaparecieron. Mi tiempo y energía estaban dedicados exclusivamente a ganar dinero para sostener a mi familia. Al cabo de unos meses me sentía tan cansado y deprimido, que el ambiente de confraternidad en las pocas reuniones de NA a las que asistía empezó a parecerme algo insulso y los mensajes que escuchaba en ellas me sabían a pan rancio. Después de eso, perdí todo contacto con lo que significaba recuperación.

En un momento sentí que no había venido a este país a ganar nada para el futuro sino a pagar todo lo que había hecho en el pasado. Decidí entonces buscar la manera de obtener ciertas recompensas por mi sacrificio. Pensé que un poco de sexo ocasional fuera del matrimonio, con fines meramente recreativos, no representaría un gran peligro. A esas alturas no era capaz de ver cómo la adicción estaba tomando insidiosamente el control. En realidad lo único que estaba haciendo era poner ingenuamente mi cabeza en la hoja de la guillotina. Más allá de los resultados obtenidos, mis acosos sexuales empezaron a pasar la factura.

Mientras seguía acumulando años limpio (que no celebraba ni agradecía porque había perdido la emoción de hacerlo y porque tampoco tenía grupo habitual con quién compartirlo), algunos trastornos comenzaron a hacer su aparición. Primero vinieron los ataques de pánico, luego una inquietante agorafobia y finalmente las perturbadoras secuelas de la ansiedad, conocidas como despersonalización y desrealización. Me sentía como un ente vacío errando en un planeta distante.

Tenía casi 20 años limpio, no me drogaba –ni se me cruzaba por la mente la idea de hacerlo-, pero tenía ganas de morirme para acabar con la tortura personal que yo mismo había fabricado. La obsesión de la muerte me atormentaba desde que abría los ojos cada mañana. Pero mi terquedad no tenía límites. Intenté tomarlo a la ligera, no darle demasiada importancia, incluso bromear al respecto. Pero olvidé un detalle crucial: la adicción no tiene sentido del humor. Mi esposa me empujaba de nuevo a las reuniones de NA. Me había convertido en un tipo intratable otra vez. Estaba lleno de rencor y miedo. Insistía en hacer mi voluntad. Me sentía víctima y acusaba a todos por mi desconsuelo. Era indiferente al dolor de los demás.

Cuando ya no me soportaba a mí mismo, considere que quizás necesitaba ayuda. Era tanta mi desesperación que estaba dispuesto a asistir a reuniones en inglés (en las que nunca me sentí cómodo porque siempre tenía más para decir de lo que podía). Sin embargo, grande fue mi sorpresa cuando me enteré de que había dos reuniones en español en el área en que yo vivía. Pese al alivio inicial, rápidamente comprendí que asistir a las reuniones no era suficiente. Si realmente quería salir del fondo del pozo al que me había dejado caer y volver a respirar el aire fresco de la recuperación, tenía que hacer lo que todos los miembros de NA alrededor del mundo hacen: conseguir un padrino, trabajar los pasos y hacer servicio.

Así como la adicción se manifiesta, crece e inyecta su veneno silenciosamente, también Dios a través del programa y la confraternidad de NA deja sentir su poderosa influencia. Al principio parecía que nada estaba cambiando mucho realmente. Aunque notaba ciertos progresos, todavía mantenía esa sensación de inseguridad, de miedo, de que algo terrible podía suceder en cualquier momento, lo que me llevaba a seguir mirando a las personas, los lugares y las cosas como algo extraño, lejano y ajeno.

De pronto, un día, no hace muchas semanas, tomé conciencia de la dimensión del milagro. Me desperté por la mañana y me di cuenta no sólo de que hacía tiempo que no tenía esos horribles pensamientos de muerte, sino que además el nudo de nervios, que había cargado durante años en el estómago, había desaparecido. Salí a la calle y el

Empezamos entonces a alimentar la idea de que estar limpios no valía la pena y nuestra vieja forma de pensar se ocupó de estimular la autocompasión, el resentimiento y la ira.

Texto Básico, Capítulo diez,
«Algo más será revelado»

mundo me pareció familiar de nuevo. Hoy en día puedo atravesar situaciones, enfrentar problemas y resolver conflictos sin sentirme asustado. Puedo mirar a la vida y encontrar soluciones con la cara levantada otra vez. Puedo manejar en las carreteras, viajar en tren o esperar el cambio de luz en el semáforo sin experimentar esa permanente sensación de pánico. Además, he empezado a creer que vivir en este país tiene algún sentido práctico para mí y mi familia, pero eso es algo que seguramente descubriré o entenderé a lo largo del proceso. Es un regalo tremendo.

Esta experiencia me ha enseñado que no existe para mí recuperación sólida si no mantengo día a día el cuidado de mi condición espiritual. También me ha recordado con indolente crueldad que la adicción no se cura y que un adicto solo está en mala compañía. Es increíble cómo el exceso de confianza puede llevar a un veterano como yo a volver tan rápido y

nuestro programa me llena el corazón de alegría, gratitud y esperanza.

tan fácil a los patrones de conducta más enfermos, aun sin consumir drogas. La recuperación es, sin duda, un asunto de vida o muerte, en más de una forma.

Por esa simple y poderosa razón escribo hoy mi propio inventario y trabajo los pasos con mi nuevo padrino, con quien tengo una relación fantástica y es un apoyo invaluable en esta nueva etapa de mi recuperación. También coordino las reuniones de los dos grupos en español que funcionan en mi área. Y me siento otra vez feliz, agradecido y orgulloso de ser un miembro activo de NA. Aunque soy consciente de que tengo mucha tarea pendiente en este proceso de cambio y crecimiento personal, esta renovada energía que proviene del amor de la confraternidad y la sabiduría de nuestro programa me llena el corazón de alegría, gratitud y esperanza. Justo lo que necesito para seguir adelante con mi recuperación.

Fernando M., Nueva York, EEUU

Atravesar el dolor

Era un bonito día de otoño. Caminaba por las calles de la ciudad y el sol tibio me acariciaba las mejillas. Cuando pensaba en ella, sentía descargas eléctricas sin previo aviso. No me extraña, era una persona muy animada. Energética. Hago todo lo posible por alejar estos pensamientos, como siempre que me invaden, sobre todo en un día como hoy, en que sufro y me quejo en silencio. Siempre en silencio. No está permitido hacerlo en voz alta, porque entonces tendría que reconocer lo egoísta y desagradecida que soy.

Me pregunto que haría ella en esta circunstancia en concreto de la vida, en la que envidiamente estoy. No me demoro demasiado con la pregunta porque lo sé. Haría cualquier cosa por estar en mi situación. Lo que hiciera falta. Se aferraría a esta oportunidad y trataría de sacarle el máximo partido porque supera de lejos a la alternativa. Es infinitamente mejor que donde está ella ahora: en su tumba.

Ella y yo tenemos muchas cosas parecidas. Gran parte de nuestra historia y nuestra vida es igual. Triunfos, derrotas, experiencias. Tiene tres hijos preciosos, como yo. A todos los efectos, ella es yo y yo soy ella. Excepto que yo estoy aquí, abriéndome paso por el camino de mi existencia, y ella no tiene, ni tendrá, esta «oportunidad» que afortunadamente tengo yo. Me da miedo. También me hace tomar conciencia de golpe de que tal vez, solo tal vez, puedo hacer lo mismo que ella haría. Hacerlo y listo.

Hoy, sin más razón ni motivo —y mi vida está llena de razones y motivos: personas que me son más preciosas para mí de lo que ellas mismas se imaginan—, lo hago por ella. Solo por ella. Porque ella, si pudiera, lo haría con mucho gusto, y el hecho de que ella ahora no pueda elegir es de alguna manera lo que me da fuerzas.

Dicen que algunos tienen que morir para que otros podamos vivir. Esto es menos que un bálsamo para reparar a un alma en pena, creo. Aunque puede que hoy sea una lección adecuada que me

da ella como solo ella podría. Me ayuda muerta igual que me ayudaba viva.

Hoy, no me quejaré. Ni siquiera para mí misma. Es un lujo que ella no tiene, así que no me lo permitiré. Solo por hoy. Soy una adicta en recuperación de Winston-Salem, Carolina del Norte. Escribo esto sobre una compañera adicta en recuperación que tuvo una sobredosis. Se fue a dormir y nunca despertó.

Wendy B., Carolina del Norte, EEUU

Medicación: una decisión consciente

He llegado a darme cuenta de que mi estado psiquiátrico no es un defecto de carácter, ni tomar la medicación recetada es consumir o recaer. Mi médico psiquiatra es muy consciente de que soy adicto en recuperación y conoce mi historial de abuso de drogas. He llegado a entender gracias a mi red de apoyo en NA que tomar mis medicamentos no significa que sea débil de carácter. No solo soy adicto, sino que también tengo un trastorno psiquiátrico que requiere medicación. He enfrentado —y superado— dificultades en nuestro programa como miembro de NA que toma medicamentos.

Cuando empecé a ir a las reuniones de NA me dijeron que tenía que ser honesto, así que lo fui. Cuando compartía, me abría si tapujos. En aquellos tiempos no sabía que esto era todo un tema, así que hablaba de situaciones de mi recuperación que incluían mis medicamentos y mis dificultades psiquiátricas. Desde entonces, he aprendido a discernir qué



debo compartir con mi padrino y qué en las reuniones. En un principio, nadie dijo nada negativo. De hecho, me recibieron bien, me apoyaron y me sentí aceptado y querido. Sin embargo, al poco tiempo, los miembros empezaron a comentar en las reuniones que tomar medicamentos en recuperación estaba en conflicto con los principios del programa y que la depresión y ansiedad eran defectos de carácter y opciones. Unos miembros lo decían en voz alta y otros hacían comentarios de apoyo a esas opiniones. Se discutía la cuestión de la medicación y algunos insistían con bastante vehemencia que no había que tomar medicamentos psiquiátricos. Empecé a sentir el peso del estigma y a creer que tenían razón.

Hablaba con diferentes miembros de NA sobre cómo y por qué debía dejar los medicamentos. Me sentía débil y culpable por tomar fármacos y al poco tiempo cedí a la orientación e información aparentemente lógica que me daban. Y dejé de tomar mis medicamentos. Los resultados no fueron nada buenos. A medida que me aceleraba, empecé a tener síntomas psicóticos y pensamientos suicidas. Cuando volvieron a regularme con los medicamentos, recurrí a miembros de NA con más experiencia.

Una vez más, sentí el apoyo y el amor que NA puede ofrecer. No creo que este sea un caso aislado; hay otros miembros de NA medicados que luchan con estos mismos problemas en la confraternidad. No escribo este artículo para culpar a nadie, sino más bien para esclarecer mi experiencia con los psicofármacos en NA. Espero que gracias a compartir esta experiencia, pueda ayudar a otros miembros que se enfrentan a este problema y que sepan que no están solos.

Joel M., Illinois, EEUU

La tormenta

No recuerdo el sol. No recuerdo las ventiscas ni los cortes de luz. Nunca se me pasó por esa cabeza vacía que tenía quemarme al sol o congelarme mientras me escurría por las calles en busca de la siguiente dosis. Permanecía durante días detrás de persianas y ventanas cerradas sin saber qué tiempo hacía afuera. Recuerdo que algunos días sabía que debía tener sed. Otros, estaba tan drogada que ni me acordaba de si había ingerido o no algún líquido.

Una vez metida en mi adicción, todo se convertía en una tormenta feroz. Cuando más la alimentaba, más fuerte se volvía. Con una identidad atrapada en la siguiente dosis, me perdía en la tormenta.

De niña, me encantaba sentarme con mi padre a mirar los nubarrones. Cuando los rayos caían demasiado cerca, entrábamos en casa. Pero a diferencia de los nubarrones, no veía que la adicción se acercaba sigilosamente a mí. Que yo recuerde, no avisaba. Un día, me desperté y me di cuenta de que necesitaba drogas para funcionar. Consumir me daba esa fachada de «está todo bien» que tan desesperadamente deseaba. No hubo ningún signo de alarma ni etiqueta que me avisara de que un día me despertaría con la cara en el inodoro o tirada en el suelo en posición fetal esperando que llamara el traficante para poder empezar el día.

La recuperación es como un sistema de radar. Me indica que cambie de rumbo para no toparme de nuevo con esa tormenta conocida. Cuando más tiempo paso limpia, más nítida se vuelve la cara fea de la adicción. Veo los puntos de entrada, tanto de tácticas como de rutas. Los Doce Pasos de Narcóticos Anónimos le quitan el poder a la adicción. Exponen esa tormenta a la luz del sol donde se vuelve inútil.

Cuando empecé a estar limpia, seguí las indicaciones de mi madrina y hacía exactamente lo que me decía. Sabía que yo no tenía radar, por lo tanto no veía lo que se me venía encima. No quería consumir, pero no tenía idea de cómo mantenerme limpia. Confiaba en que ella me guiaría en una dirección segura.

En un punto tan bajo de desesperación, me puse en modo supervivencia. Se convirtió en mi salvadora.

Cambié de personas, lugares y cosas... poco a poco. No me resultaba fácil hacer amigos. No había tenido ninguno en toda mi vida, además de la familia, hasta que encontré la recuperación. Como por entonces tampoco tenía poder superior, consideraba a mi madrina y la gente de NA un escudo que me protegía de la tormenta.

Aprendí que lo único que tengo que hacer, si todo lo demás falla, es ir a una

NA devolvió las estaciones a mi vida.

reunión. Allí siempre hay alguien que dice algo con lo que puedo identificarme. Durante toda mi vida me había sentido una espectadora, como si estuviera al margen viendo la vida pasar, viendo cómo los demás triunfaban. Me sentía diferente e inútil. Pero algo mágico sucede en NA. Al final de una reunión, siempre me siento mejor. No me siento tan sola. Mis problemas y defectos de carácter se vuelven manejables después de haber estado ahí esa hora.

NA devolvió las estaciones a mi vida. Siento el calor del sol y me hace sonreír. Siento el viento frío en un día en que nieva. Puedo abrir las persianas y no me siento paranoica. Puedo estar agradecida de la vida que vivo, errores incluidos. La recuperación no es todo sol radiante, pero hoy mis problemas son lloviznas más que huracanes interminables. Sé que el mal tiempo que me toca también pasará. Se acabará, siempre y cuando no consuma. Lo peor que me podría pasar es volver a tomar una droga.

Estoy agradecida a las reuniones, a los Doce Pasos y a mi primera madrina que me guió en la peor tormenta de mi vida. Sin ellos, la adicción me habría llevado sin duda a la tumba.

April P., Pensilvania, EEUU

Concurso de leyendas

¡Gracias a todos los que participaron en el concurso! Esta vez hemos tenido un número récord de participantes, así que es muy difícil elegir unos pocos.

La colaboración ganadora es de
Marvin H. de Ohio, EEUU.



Dibujo: Dan H., California, EEUU

Y aquí tenemos otras leyendas notables:

Creía que esto se suponía que era divertido...

Ken H., Okinawa, Japón



Muchacho calvo: Este es mi poder superior.
Otro muchacho: Caramba, te está llevando a un nuevo nivel, chico.

Larissa C., California, EEUU



Trabajar los pasos no es fácil, sabes. Mírame a mí, por ejemplo, no me queda ni un solo pelo en la cabeza.

Mohamad G., Tehrán, Irán



¡Escúchame, deja que mi experiencia sea tu instrucción!

Sheila D., Nueva York, EEUU



Mira... He cambiado una bolsa llena de droga por una llena de esperanza.

John G., Leicester, Gran Bretaña



¿Ves este llavero blanco? Ven esta noche conmigo y te darán uno. Puede cambiar tu vida.

Roger R., Virginia, EEUU



Próximo concurso de leyendas

Aquí tienes la oportunidad de participar en la revista *The NA Way* de una manera completamente diferente. Escribe los diálogos de esta historieta, envíalos y entrará por arte de magia en nuestro concurso de leyendas. Elegiremos el mejor (y quizá algunos otros) para publicarlo en el próximo número. ¡El premio será la satisfacción de ver tu nombre en *The NA Way*!

Mándanos por email tu participación con «Basic Caption Contest» en el campo de asunto y asegúrate de incluir tu nombre y de dónde eres en el cuerpo del mensaje: naway@na.org.



Ben C., Maryland, EEUU

Centro de servicio Talleres en el mundo

Talleres sobre el IAC y el VAC

Durante el año de la [Conferencia de Servicio Mundial](#), los miembros de todo el mundo se reúnen para analizar y debatir el *Informe de la Agenda de la Conferencia* y el material por Vía de aprobación de la Conferencia. Los informes incluyen las mociones, propuestas e ideas que se tratarán en la CSM. La participación en los talleres del IAC/VAC ayuda a que los miembros comprendan los temas presentados y expresen su conciencia al respecto. La organización de los debates suele estar a cargo del grupo habitual, el comité de servicio de área, el comité de servicio regional o el foro zonal.

Este año, un delegado regional ha presentado la novedosa idea de celebrar «fiestas del IAC/VAC» y ha sido también un año récord en cuanto al número de reuniones online y webinarios. Hemos tenido la suerte de recibir informes de varios organismos de servicio que últimamente han celebrado talleres, la mayoría de ellos sobre el IAC y el VAC, aunque también sobre otros temas. Desde luego, en todo el mundo se organizan miles de eventos, así que estos son solo una pequeña muestra. (Como siempre, te invitamos a mandarnos colaboraciones similares a naway@na.org.) Para obtener información y materiales sobre la CSM, visita www.na.org/conference.



Foros zonales

Muchos de los talleres sobre el IAC/VAC están organizados por los foros zonales. La *Guía de los Servicios Mundiales de NA* explica que «los foros zonales son sesiones de intercambio de experiencias de servicio y/o sesiones de trabajo que proporcionan los medios para que las comunidades de NA puedan comunicarse, cooperar y ayudarse mutuamente a crecer».

Aunque los foros zonales no forman parte del sistema formal de toma de decisiones de NA, a menudo los servicios mundiales, las regiones y las zonas trabajan conjuntamente en diversas iniciativas de desarrollo de la confraternidad y otros esfuerzos de servicio. El propósito de la mayoría de los foros zonales es mejorar la comunicación entre los comités de servicio regionales y servir como punto focal para la capacitación y el desarrollo de la confraternidad en sus comunidades. Para más información sobre los foros zonales y la planificación del futuro de la CSM, visita www.na.org/future.

[Haz clic aquí para obtener información y materiales sobre la CSM](#)



Foro Zonal Midwest

El Foro Zonal Midwest (MZF) se creó en la CSM de 1987 con el objetivo de facilitar la comunicación entre las regiones de NA del Midwest (de los Estados Unidos). En la actualidad, las regiones que conforman el MZF son Chicagoland, Greater Illinois, Indiana, Metro-Detroit, Michigan, Ohio, Buckeye y Upper Midwest. El taller del IAC/VAC de este año se celebró en Detroit y contó con unos 65 participantes que fueron invitados a visitar la [Oficina de Servicio de Michigan](#).



Reunión de Delegados Europeos (EDM)

La EDM es un foro europeo de comunidades multilingües y multiculturales de NA dentro y fuera de Europa, cuya misión es promover el bienestar común y la unidad, fomentar el crecimiento y contribuir a cumplir el propósito primordial de NA. Los participantes se reunieron para la EDM de invierno en Reikiavik (Islandia). Aunque la EDM no organiza talleres sobre el IAC, parte de su debate se centró en la representación zonal y el futuro de la CSM. Algunos miembros viajaron en medio de una tormenta de nieve para visitar Gullfoss (la Cascada Dorada), ubicada a unos 100 km del lugar del encuentro, en el cañón del río Hvítá.



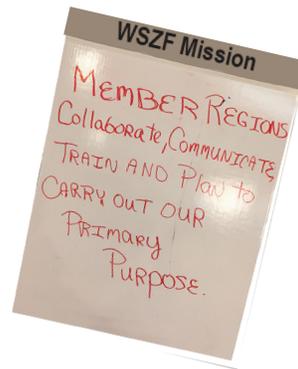
Jimmy E, Sweden



Helge B, Germany

Foro Zonal Western States

El Foro Zonal Western States (WSZF) celebró a principios de diciembre uno de los primeros talleres sobre el IAC de la temporada en San Francisco, California. El WSZF reúne anualmente a todas las regiones miembros para compartir colectivamente las dificultades de servicio y sus soluciones, y mantener una comunicación continua. También ofrece capacitación para los miembros y sus organismos de servicio. El WSZF comprende Arizona, California Inland, California Midstate, Central California, Northern California, Pacific Cascade, Rio Grande, San Diego/Imperial, Sierra Sage, Southern California, Southern Idaho, Region 51 y Washington/Northern Idaho.



Evento de aprendizaje multirregional

El evento de aprendizaje multirregional de este año fue organizado por la Región Northern New England en Alfred (Maine). Asistieron aproximadamente 35 adictos (bastantes caras nuevas junto a respetados miembros veteranos) y estuvieron representadas ocho regiones. El promedio de tiempo limpio fue de 16 años. Mantuvimos debates productivos y respetuosos de los que surgieron varias cuestiones muy interesantes.

Tony F., Connecticut, EEUU



Región de Egipto

Unos 25 miembros participaron en el taller sobre el IAC de la Región de Egipto el pasado 19 de diciembre. Desde entonces (y hasta el momento en que escribimos esto), el IAC se debatió en el Foro de apoyo al grupo (FoAG) de El Cairo del Sur, con los representantes de ocho grupos y los servidores de confianza del FoAG, con los miembros de diez grupos y los servidores de confianza del Comité de Servicio del Área Uno, y en un grupo de Alejandría (a unos 290 km de El Cairo) con unos 40 miembros. Hay otras sesiones previstas para las próximas semanas, antes de la Conferencia de Servicio Mundial. Esta es la primera vez que la región organiza tantos talleres y debates sobre el IAC.



Terry B., Pensilvania, Estados Unidos

Foro Asia Pacífico

Veintidós comunidades miembros del Foro Asia Pacífico (FAP) estuvieron representadas por sus DR en la reunión de este año celebrada en Bangkok (Tailandia) tras la convención tailandesa de febrero. También participaron cinco servidores de confianza, cuatro delegados suplentes y otras seis personas (entre ellos, el traductor, miembros del grupo de trabajo, miembros de la Junta Mundial y personal de los SMNA). Pese a que China últimamente no ha estado representada en el FAP, acudió un delegado a las jornadas (nativo, no expatriado residente en China). En una de las sesiones de la tarde se presentó un breve resumen del IAC/VAC, pero la mayor parte del foro se dedicó a la planificación estratégica, las actividades de desarrollo de la confraternidad, los talleres, y los informes de las comunidades miembros.



Región Chicagoland

Este año estamos probando algo nuevo: la fiesta del IAC, comidas en las que cada uno lleva algo y en las que debatimos y comentamos el IAC en casas o lugares públicos. Al parecer la idea está teniendo éxito, muchas personas que antes no se habían interesado por el IAC ahora están participando. Casualmente, las fiestas del IAC de mi área, North City, están organizadas por los miembros más jóvenes cuya pasión y servicio representan el renacimiento de NA más espectacular que he presenciado en mis 28 años de recuperación. (Más sobre el Área North City en el próximo número de la revista NA Way).

Louis H., Chicago, EEUU



Conferencia/Convención de aprendizaje regional Mid-Atlantic

La 32ª MARLCNA se celebró a principios de febrero en Lancaster (Pensilvania), ciudad que suele ser la sede de este evento. Si bien la [región Mid-Atlantic](#) consta de 15 áreas, la convención atrae a miembros de toda la Costa Este de los Estados Unidos e incluso de otras zonas. El evento se desarrolla durante un fin de semana e incluye un día de aprendizaje que, en los años en los que hay conferencia, está destinado al IAC y el VAC. Los años en los que no hay conferencia, en cambio, el día de aprendizaje se centra en los temas de debate, proyectos y novedades de los Servicios Mundiales de NA y otras cuestiones de interés para los miembros de la región. Este año, aproximadamente 310 personas participaron en el taller del IAC/VAC.



Foro Zonal Southeastern

La función principal del Foro Zonal Southeastern (SEZF) es facilitar las iniciativas conjuntas y multirregionales de las regiones miembros: Alabama-Northwest Florida, Carolina, Florida, Georgia, North Carolina y South Florida. El SEZF celebró uno de los primeros talleres del IAC de esta temporada a principios de diciembre en Charlotte (Carolina del Norte), Región de Carolina. Alrededor de 30 miembros acudieron al evento. Cuando se creó el foro, el taller se organizaba en Macon (Georgia) durante el mes de febrero, antes de la CSM, pero hace unos diez años se trasladó a Atlanta (también en febrero). Esta ha sido la primera vez que nuestro taller sobre el IAC se realiza fuera de la Región de Georgia.

Jeff P., Florida, EEUU

Foro Zonal Rocky Mountain

El Foro Zonal Rocky Mountain (RMZF) sirve a las regiones de la totalidad o parte de los siete estados del «Lejano Oeste americano»: desde Alliance (Nebraska), en el este, hasta Ontario (Oregón), en el oeste; y desde Raton (Nuevo México), en el sur, hasta Browning (Montana), en el norte. El RMZF celebró uno de los primeros talleres sobre el IAC de la conferencia de esta temporada a principios de diciembre en Salt Lake City (Utah), y contó con una participación aproximada de 30 miembros.



Shawn S., Wyoming, EEUU

Región British Columbia

El CSR de British Columbia es una de las cinco regiones de la Asamblea Canadiense de NA (Assemblée Canadienne). La región de British Columbia (BC) abarca una extensión de 942.755 kilómetros cuadrados, comprende 15 áreas y organiza cerca de 300 reuniones. NA surgió en Canadá en otoño de 1967, en Victoria (BC). Este año, unos 40 miembros de seis áreas, todas del Distrito Regional del Gran Vancouver y los municipios colindantes, participaron del taller del IAC/VAC celebrado en Vancouver (British Columbia).



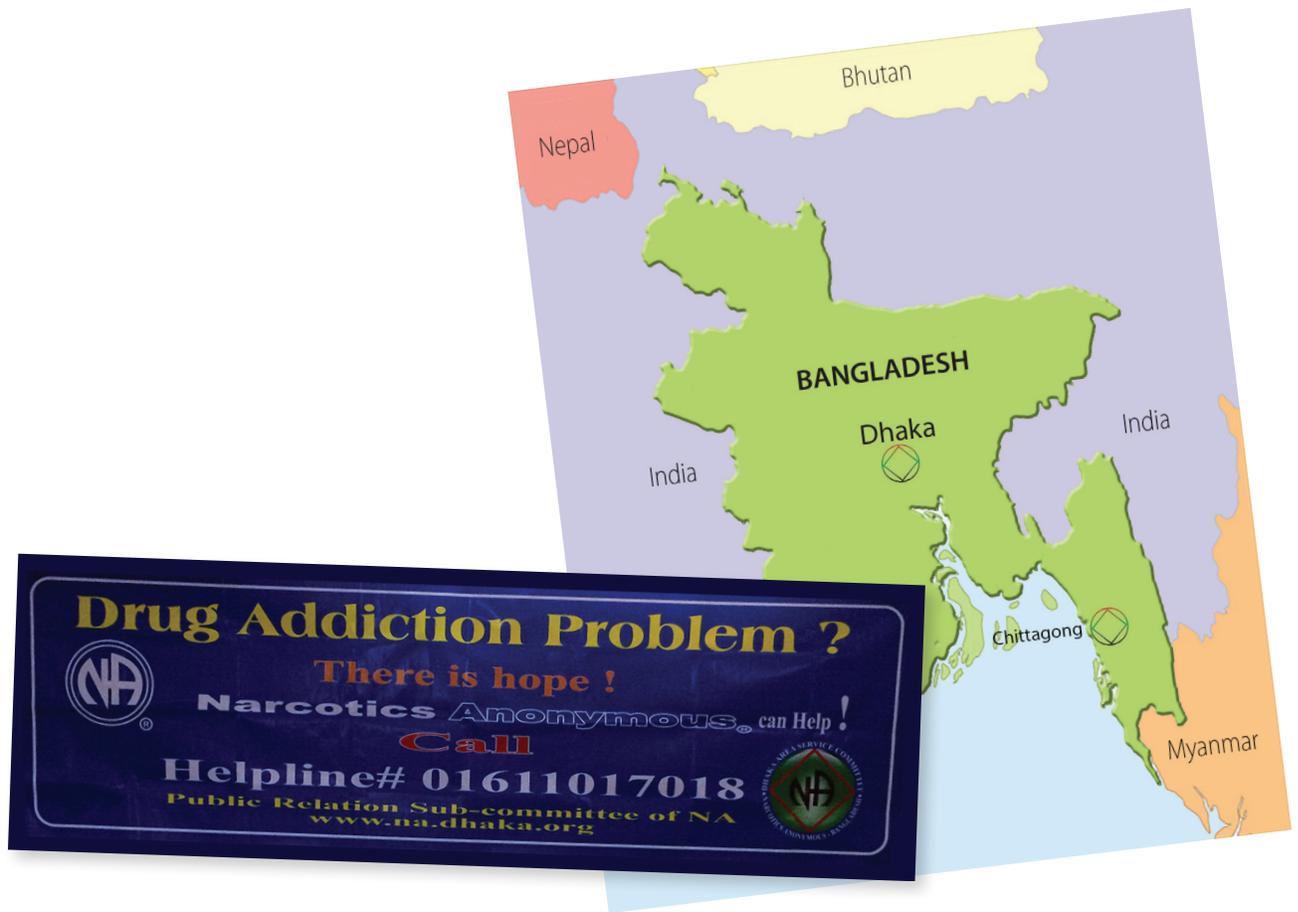
Sociedad de Servicio de NA (India)

Unos 20 miembros representantes de ocho áreas asistieron a la reunión semestral del CSR de la Sociedad de Servicio de NA, SOSONA (ex SIRSCONA), en febrero de 2016. En el encuentro se debatieron las mociones del IAC y se hizo hincapié en el papel de las zonas, el futuro de la CSM y el impacto de los posibles cambios de la CSM en la región. El taller fue también una oportunidad para informar a los nuevos miembros del servicio regional sobre los servicios mundiales. India tiene dos regiones con escaño: SOSONA, que abarca a los grupos y las áreas del oeste del estado de Assam, y el Foro Regional Noreste (NERF), que comprende la zona delimitada por Bután, Birmania, Bangladesh y China.



Desarrollo de la confraternidad

Promover el crecimiento y la unidad



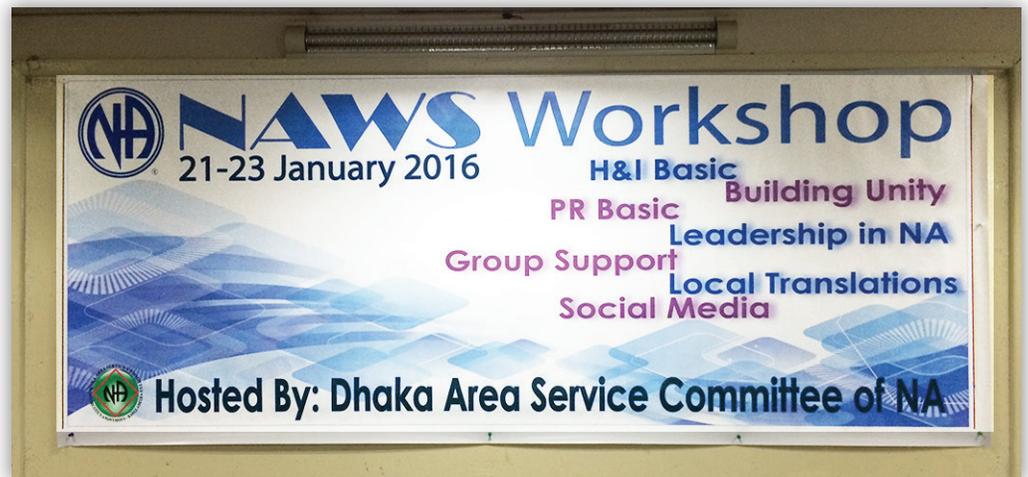
Bangladesh es una comunidad de NA en desarrollo muy prometedora. NA llegó a este país del sur de Asia a comienzos de la primera década de 2000 y tardó un tiempo establecerse y empezar a funcionar. La mayoría de las reuniones locales de NA están en las dos ciudades más importantes de Bangladesh: Chittagong y Daka, ambas con comités de servicio de área operativos. Las dos áreas han organizado eventos de recuperación, como convenciones y acampadas, y trabajan de forma conjunta en las iniciativas de traducción de literatura. Bangladesh ha participado en muchos Foros Asia Pacífico y en el futuro prevé formar un comité de servicio regional.

Los SMNA asistieron a la Convención del Área de Daka en enero de 2014 y facilitaron varios talleres con la ayuda de los líderes locales en las sesiones. En aquel momento, no había un proceso establecido para las traducciones a la lengua local. Las comunidades empleaban la literatura en bengalí traducida en Calcuta, pero no era fácil de incorporar. Después de mucho debate y reflexión, Bangladesh creó su propio comité de traducción de literatura que en la actualidad trabaja en la última fase del proceso de publicación del IP N° 1.

En la visita de seguimiento de enero de 2016, los SMNA trabajaron conjuntamente con la comunidad local para identificar un conjunto de temas en función de las necesidades y abordarlos en los talleres de servicio de Daca durante un fin de semana completo. Facilitamos sesiones sobre unidad, apoyo al grupo, los principios básicos de HeI y RRPP, liderazgo y redes sociales y, además, una sesión dedicada a las traducciones. Los participantes interactuaron con entusiasmo entre sí y la «magia» de la unidad inundó la sala. Ambos CSA trabajan de forma conjunta para crear una región fuerte.

La sesión destinada a las redes sociales fue muy reveladora para los aficionados a ellas. El análisis del anonimato de la Undécima Tradición les permitió descubrir una forma de protegerse a sí mismos y a los demás. ¡Y lo captaron! Enseguida empezaron a crear grupos privados de NA en diversas plataformas y redes sociales. Trabajar juntos en la creación de estrategias para anunciar los eventos de NA en las redes sociales y tener prudencia al reconocer el hecho de estar en recuperación resultaron herramientas muy útiles.

Los miembros de Bangladesh están muy entusiasmados con Narcóticos Anónimos. Quieren que NA crezca en su país. Son muchos quienes sienten la gratitud que surge de saber que se han salvado por muy poco de un desastre completo y la pasión de ver que el próximo adicto que sufre tiene la oportunidad de experimentar la misma libertad que ellos.



Avivar la llama

Anoche viajamos en un coche repleto de adictos a una nueva reunión que se organiza en Harrisville (Virginia Occidental). Harrisville queda «en el medio de la nada», si bien tiene el único semáforo de todo el condado de Ritchie, está a 45 minutos del área/grupo habitual de NA más cercano. La compañera que abrió la reunión se puso en contacto con nosotros y ayer mismo hasta acudió a nuestra reunión de la [JSL \(junta de servicio local\)](#) en busca de apoyo. Anoche me enteré de que había descubierto NA hace muchos años, cuando trabajaba de enfermera psiquiátrica y tenía que acompañar a sus pacientes a las reuniones. Ahora, años después, se dio cuenta de que necesitaba asistir a NA, así que organizó la única reunión a una hora de su casa. Hoy lleva más de tres meses limpia. Anoche estaba eufórica cuando nos vio llegar. Era la única persona presente en aquel sitio y lloró de alegría mientras compartía su agradecimiento por la confraternidad de NA. De eso se trata: de la esperanza que se propaga como el fuego y de los miembros que continúan avivando la llama.

Kristina C., Ohio, EEUU



Por qué hago servicio

Cuando trabajamos por la vitalidad de NA, no sólo trabajamos para nosotros sino para aquéllos que van a unirse a nosotros.

Funciona: cómo y por qué, Primera Tradición



Mientras nos acercamos a la [Conferencia de Servicio Mundial](#) de 2016, rememoramos algunos momentos de las primeras sesiones de la Conferencia de 2014. Los asistentes se unieron como una comunidad el domingo 27 de abril de 2014 y conversaron en grupos pequeños de debate sobre el propósito que los une y los principios espirituales de la Primera Tradición: rendición y aceptación, compromiso, altruismo, amor y anonimato. Luego, inspirados por el título de lo que compartió un miembro, «¿Por qué hago servicio?», todo el mundo en la sala se quedó en silencio mientras los servidores de confianza de las comunidades de NA de distintas partes del mundo reflexionaban por escrito sobre las razones por las cuales servían. A continuación, compartimos algunos de esos textos; unos se publicaron anteriormente en la revista *NA Way* y otros fueron enviados por algunos miembros que participaron en talleres similares en sus regiones habituales.

La principal diferencia entre mis primeros años en el programa y mis últimos años de recuperación es la participación en el servicio. Cuando comprendí que el servicio es lo que me une con la recuperación, me comprometí con el servicio. Hago servicio como parte de mi camino de enmiendas. Comencé con una concepción básica: que el servicio me ayuda en mi recuperación personal. Luego se convirtió en amor por servir a los demás y a la confraternidad que me salvó la vida y la transformó de una vida de fracaso a otra repleta de satisfacciones y sentimientos, y de acciones correctas por los motivos correctos. Por medio del servicio me siento conectado y agradecido, y disfruto de una vida que merece la pena ser vivida.

Dror A., [Región de Israel](#)

Cuando llegué a NA, no sabía nada de nuestro programa. Lo que me atrajo fue la gente que no consumía, que se reía, jugaba, bailaba y se quería la una a la otra tal como era. Eso hizo que dejara de pensar en las drogas y me juntara con personas como yo. A medida que fui participando en distintos eventos y actividades, empecé a asimilar la parte de la recuperación. Empecé a aprender y a querer compartir nuestro mensaje de NA con la gente que conocía. Ahora sé la importancia que tiene el servicio. Si quiero ayudar a otros adictos, puedo elegir ser útil, formar parte de NA y participar de los cambios de nuestra confraternidad haciendo servicio. ¡Mi voz y mi corazón (al igual que los tuyos) pueden expresarse en mi grupo habitual, en mi área y mi región! Nos recuperamos por medio de NA y el servicio.

Juanita B., [Región Pacific Cascade](#), EEUU

Cuando llegué a las reuniones era joven, no tenía rumbo y era incapaz de hacer otra cosa que no fuera consumir. Después de empezar a estar limpio, la gente me decía que, para recuperarme, tenía que trabajar los pasos, conseguir un padrino y hacer servicio. Me tomé todo eso muy en serio, tenía muchísimo miedo de volver a consumir. Trabajar los pasos me permitió comprender mi comportamiento y hacer servicio me aportó incluso más. En el servicio aprendo a vivir y participar. Lo que aprendo lo puedo aplicar a mi vida. Aprendo de la vida; lo devuelvo con servicio. Es un proceso de diálogo en el que doy a NA aquello que aprendo de la vida para poder aprender más. Este es uno de los aspectos. El otro es que cuando nuestros servicios funcionan bien, los demás pueden llegar a las reuniones y recuperarse, y también descubrir una forma de aprender a través del servicio.

Hannu S., [Región Finlandia](#)



A los 65 días de estar limpio, fui a un campamento de NA y me pregunté si seguiría estando limpio o abandonaría la recuperación. Me sentía fuera de lugar con las personas que estaban allí, pero me quedé el tiempo suficiente para encontrarme con algunos miembros que conocía y me caían bien, así que decidí postergar mi marcha. Aquel día, mientras jugábamos al sóftbol, corrí a buscar la pelota, choqué contra otro jugador y me lastimé. Terminaron llamando a un helicóptero para que me llevara al hospital. Durante el vuelo sentí un tremendo escalofrío. Más tarde me enteré de que en ese preciso momento los adictos del campamento habían hecho un círculo para guardar unos minutos de silencio y rezar por el adicto que estaba sufriendo: yo. Aquel episodio fortaleció mi decisión y mi compromiso con la recuperación y la confraternidad de NA. ¡Por eso hago servicio!

Kevin H., [Región Southern Idaho](#), EEUU

Hago servicio porque me ayuda a pensar en los demás, me distrae de mis pensamientos. No puedo estar limpia por mí misma y el servicio me centra en otras cosas. Me hace sentir útil. Hace que me responsabilice. Me enseña más sobre el programa. Me permite hacer algo sano. Sin el servicio no existiría el programa y volvería a estar sola.

Shannon C., [Región Pacific Cascade](#), EEUU

Fui a la primera reunión de NA en Sudáfrica, donde NA luchaba por crecer. Fui el encargado de las reuniones durante cinco años, hasta que otra persona suficientemente responsable estuvo dispuesta a asumir el compromiso. Entonces empecé a participar en Hel y me encantó. Nuestro servicio de Hel contribuyó a que NA creciera en nuestra región. Serví como MCR de nuestra área, lo que incrementó mi compromiso con la confraternidad y me permitió acudir a todas las reuniones del área para mantener la conexión de los grupos con el CSA. Ahora sirvo como delegado regional y puedo ser la voz de todas las lenguas de nuestra comunidad de NA. En nuestra región nos enfrentamos a diversos desafíos y tengo pensado marcar la diferencia, sobre todo llevando el mensaje de NA a las comunidades anteriormente desfavorecidas.

Dennis J., [Región de Sudáfrica](#)

Cuando hice mi primer Undécimo Paso, me preguntaron qué deseaba en mi vida. Respondí que quería ser buena madre, amiga, esposa; convertirme en un ser humano responsable y cariñoso; poner en práctica mi gratitud en mi ocupación y muchas otras cosas. El lápiz se movía muy rápido y mis pensamientos sencillamente fluían. Entonces escribí: «disfrutar de la vida» y me

eché a llorar. Tantos años tratando de ser perfecta, aceptarme a mí misma, encontrar la paz y, al final, todo se reducía a ese momento en que me di cuenta de que merecía disfrutar de la vida. Mientras lloraba durante ese momento de descubrimiento, encontré la paz y la autoaceptación que siempre había querido. Quiero que los adictos que sufren dentro y fuera de nuestras reuniones conozcan esa paz. Por eso hago servicio.

Donna Lee P., [Región Central Atlantic](#), EEUU

El nivel de crecimiento personal que he conseguido gracias al servicio a nuestra confraternidad es increíble. Tengo que aprender a mantener las necesidades y opiniones de los compañeros que hacen servicio en el mismo nivel de importancia que las mías. Tengo que aprender a disentir sin ser desagradable, y puedo trasladar todo esto a las relaciones con mi familia, mis amigos y mis compañeros de trabajo. NA me ha dado una vida digna de vivir.

Deb N., [Región British Columbia](#), Canadá

Empecé a hacer servicio porque quería convertirme en el mejor adicto joven en recuperación de Suecia. ¡Quería ser famoso! A través del trabajo de los pasos mis motivaciones han cambiado. Tengo muchas razones para hacer servicio y la mayoría desinteresadas. Un día tendré hijos y quiero que tengan de las mejores posibilidades de estar limpios si empiezan a consumir. También hago servicio para transmitir amor en un mundo donde solía transmitir odio y violencia. ¡No puedo guardarme el amor que me llega de mis compañeros porque no es mío!

Jimmy E., [Región de Suecia](#)

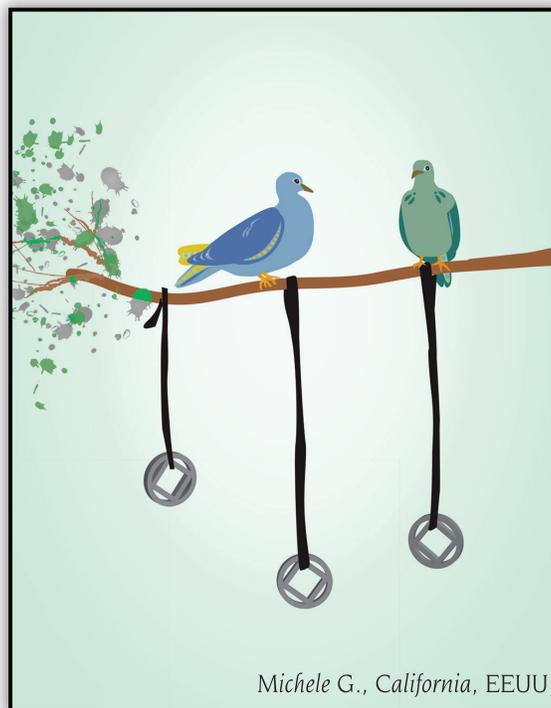
NA en la actualidad está creciendo mucho, pero el crecimiento del servicio no coincide con ese crecimiento. Un día, quiero ver un grupo con más servidores de los necesarios, con una lista de espera de servidores.

Nelson L., [Región de Brasil](#)

Servir a esta confraternidad es un gesto de amor, respeto y gratitud. Es saber que puedo mirar a un adicto a los ojos mientras este mira a los míos y reconocernos como hermanos.

Francelle FS., [Región de Brasil](#)

Cuando llegué, ni siquiera acomodaba las sillas. Me sentía superior —era un caso grave— porque no había consumido las mismas drogas que otros. «Que lo hagan esos que se inflan a crack», pensaba en silencio. Era un resentido terrible, pero como tenía miedo de estar solo, me quedé en una reunión de trabajo



Michele G., [California](#), EEUU

con otros tres adictos. Cuando salió el puesto de la persona que recibe a los demás en la puerta, un miembro dijo: «Propongo al compañero», y me señaló. Se me encogió el corazón. Odiaba los abrazos y habría preferido limpiar el inodoro (si es que había alguno), pero en todo caso acepté el compromiso. Empecé a ir a las reuniones en cuanto abrían las puertas solo por estar con otros adictos en recuperación porque no soportaba estar solo.

Cuando llevaba unas tres semanas limpio, oí compartir a un compañero que se convertiría en mi padrino. Le pedí su teléfono, lo llamé y me dijo que fuera a su grupo habitual. Cuando llegué, él estaba acomodando las sillas. Se lo comenté y me respondió tranquilamente: «Esto es lo que hacemos aquí», así que agarré una silla y empecé a ayudarlo. Desde entonces no he parado. Solía preguntarme cuál era la recompensa del servicio. Un día, mientras limpiaba el suelo de la sala de reunión por milésima vez, me di cuenta de que la recompensa es ser útil y limpiar suelos.

Ivan P., Connecticut, EEUU

Nota del editor: El artículo que inspiró estos escritos se publicó en el número de [abril de 2014](#) en The NA Way Magazine. Busca otros artículos de «Por qué hago servicio» en los números de [julio y octubre de 2014](#) y en los de [enero y abril de 2015](#) de The NA Way.

www.na.org/subscribe

The NA Way Magazine
Noticias de los SMNA
Reaching Out
Novedades por email
de los SMNA
Just for Today email diario

suscripción-e:
sin costos de impresión
sin gastos de distribución
envío directo por email



FE DE ERRATAS: Las fotos del número de [julio de 2015 de The NA Way](#) se atribuyeron al fotógrafo equivocado. Nuestras disculpas a Sergio S., de San Pablo (Brasil), que tomó las fotos.





CALENDARIO

Los eventos de múltiples días o que tienen lugar entre las fechas de publicación del *NA Way* se imprimen de acuerdo con el calendario que figura en línea. Para introducir eventos o ingresar en los detalles de los mismos, visita el calendario en línea: www.na.org/events. (Si no dispones de acceso a Internet, envíanos la información por fax o por correo a: +1 818.700.0700, atn: *NA Way*; o The *NA Way*; Box 9999; Van Nuys, CA 91409, USA.)

Canadá

Nova Scotia 20-22 May; Central Nova Area Convention 13; Holiday Inn Convention Centre, Truro; www.centralnovaarea.ca

Ontario 20-22 May; Ontario Regional Convention 29; Blue Mountain; www.orcna.ca

Dinamarca

Esbjerg 17-19 Jun; Camp Living Clean Denmark; Markbækplantage, Esbjerg; www.nadanmark.dk/events

Skanderborg 5-7 Aug; Convention & Camp 9; Audocicon, Skanderborg; www.namidtjylland.dk/konvent/index.htm

Eslovaquia

Poprad 13-15 May; Czecho-Slovak Convention; Hotel Satel, Poprad; www.anonymnarkomani.sk

España

Málaga 20-22 May; 34ª Convención Regional Española; Hotel Las Palmas, Fuengirola Málaga; www.narcoticosanonimos.es

Estados Unidos

Arizona 27-29 May; Arizona Regional Convention 30; DoubleTree Resort, Scottsdale; www.arizona-na.org

29-31 Jul; Southeastern Arizona Area Convention 2; Hotel Tucson City Center, Tucson; <http://natucson.org>

California 10-12 Jun; California Mid-State Regional Convention 14; Visalia Convention Center & Marriott Hotel, Visalia; www.cmsrcna.org

2) 24-26 Jun; California Inland Regional Convention; Westin Mission Hills Golf Resort and Spa, Rancho Mirage; www.cirna.org

Florida 6-8 May; Daytona Area Convention 17; Hilton Daytona Beach Resort/Ocean Walk Village, Daytona Beach; www.dacna.org

2) 7-10 Jul; Florida Regional Convention 35; Rosen Shingle Creek, Orlando; www.frc-na.org

Georgia 5-8 May; A Little Girl Grows Up Convention 8; Hilton Hotel, Atlanta; www.alittlegirlgrowsup.org

Illinois 20-22 May; Rock River Area Convention 25; Holiday Inn, Rockford; rragsna.org/rock%20river%20area%20convention.htm

Louisiana 27-29 May; Louisiana Regional Convention; Ramada Inn, Lafayette; www.larna.org

Maryland 6-8 May; Baltimore Area Convention 12; Wyndham Hunt Valley Inn, Hunt Valley; www.bacnaconvention.org

Michigan 30 Jun-3 Jul; Michigan Regional Convention 32; Radisson Plaza, Kalamazoo; www.michigan-na.org/mrcna

Montana 17-19 Jun; Montana Gathering 28; Symes Hotel & Hot Springs, Hot Springs; www.namontana.org

Nevada 15-17 Jul; California, Arizona, Nevada Convention 22; Riverside Hotel & Casino, Laughlin; www.canacregistration.com

New Hampshire 24-26 Jun; Fellowship in the Field 26; Apple Hill Campground, Bethlehem; gsana.org/events/fellowship-in-the-field-xxvi-campout

New Mexico 19-22 May; Rio Grande Regional Convention 27; Crowne Plaza, Albuquerque; www.riograndena.org

New York 27-29 May; Heart of New York Area Convention 12; Crowne Plaza Syracuse, Syracuse; honyana.org

North Carolina 15-17 Jul; New Hope Area Convention 23; Durham Convention Center, Durham; newhopeconvention.com

Ohio 27-29 May; Ohio Convention 34; Crossroads Events Center, Lancaster; www.ohioconventionna.org

2) 1-3 Jul; Dayton Area Convention 11; Holiday Inn-Fairborn, Fairborn; www.dascna.org/convention

Oregon 20-22 May; Pacific Cascade Regional Convention 22; Riverside Inn/Taprock Event Center, Grants Pass; www.rogueredwoodna.com

Tennessee 20-22 May; NA in May; Meeman-Shelby Forest State Park, Millington; nainmay.org

Utah 17-19 Jun; Southern Utah Area Convention 9; Hilton Garden Inn, Saint George; nasouthernutah.org

Virginia 27-30 May; Marion Survivor's Group Campout; Hungry Mother Lutheran Center, Marion; event info: mfisher71@hotmail.com

2) 5-7 Aug; Almost Heaven Area Convention; 4H Educational Center, Front Royal; na2day.Tripod.com

Washington 20-22 May; Washington Northern Idaho Regional Convention 31; Red Lion Hotel, Pasco; www.wnirna.org/events

2) 29-31 Jul; Seattle International Convention; Marriott Sea-Tac, Seattle; www.seattlenaconvention.org

Wyoming 13-15 May; Upper Rocky Mountain Regional Convention 17; Days Inn, Thermopolis; urmrna.org

Indonesia

Seminyak 3-5 Jun; Bali Area Convention 16; Puri Sarong Hotel, Seminyak; www.na-bali.org

México

Puerto Peñasco 10-12 Jun; 1ª Convención Área Oasis; Hotel Peñasco del Sol, Puerto Peñasco; www.bajason-na.org

Perú

Cuzco 20-22 May; 22ª Convención Regional de Perú; Hotel Royal Inka Pisac, Cuzco; www.naregionperu.org

Reino Unido

Llandudno 1-3 Jul; Northwest England & North Wales Area Convention 23; Venue Cymru, Llandudno; <http://ukna.org/events>

Bradford 15-17 Jul; First Yorkshire & Humberside Area Convention; Bradford Hotel, Bradford; <http://ukna.org/events>

Suiza

Zurich 6-8 May; Swiss Convention 22; GZ Riesbach, Zurich; narcotics-anonymous.ch

Tanzania

Zanzibar 21-24 May; East Africa Convention 4; Zanzibar Grand Palace, Zanzibar; www.ea-na.com

Ucrania

Kiev 7-9 May; First Ukrainian Convention & Conference; Kiev; www.uccna.org

Productos nuevos de los SMNA

Finés

IP N° 2: *Ryhmä*

Art. N° FI-3102 Precio US \$0,31/0,26€

*Servidores de confianza del grupo:
funciones y responsabilidades*

***Ryhmän luotettut palvelijat:
roolit ja vastuut***

Art. N° FI-2203 Precio US \$0,24/0,21€

Portugués

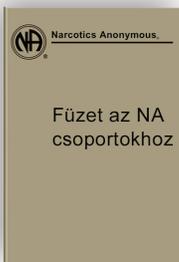
IP N° 28: *Financiando os Serviços de NA*

Art. N° PO-3128 Precio US \$0,53/0,46€

Reuniones de trabajo de grupo

Reuniões de assuntos de grupo

Art. N° PO-2202 Precio US \$0,24/0,21€



Húngaro

Guía del grupo

Füzet az NA Csoportokhoz

Art. N° HU-1600 Precio \$0,95/0,82€

Los grupos de NA y la medicación

***Az NA csoportok és a
gyógyszerfogyasztás***

Art. N° KO-3102 Precio US \$0,31/0,26€

Coreano

IP N° 13:

청소년 중독자가, 청소년 중독자에게

Art. N° KO-3113 Precio US \$0,31/0,26€



Portugués (Brasil)

Los Doce Conceptos de servicio en NA

***Os Doze Conceitos
para o serviço de NA***

Art. N° PB-1164 Precio \$2,05/1,80€



Tailandés

Texto Básico (5ª edición)

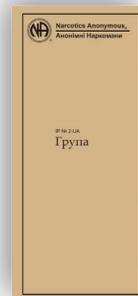
สมาคมผู้ติดยาเสพติดนิรนาม

Art. N° TH-1101 Precio US \$7,90/6,90€

Ucraniano

IP N° 2: *Грyна*

Art. N° UA-3102 Precio US \$0,31/0,26€



Letón

IP N° 23:

Kā saglabāt tīrību, "ārpuse"

Art. N° LV-3123 Precio US \$0,24/0,21€



Urdu

IP N° 7: **کیا میں نشے کا عادی ہوں**

Art. N° UR-3107 Precio US \$0,24/0,216€





De próxima aparición

Danés

6ª edición del Texto Básico

Narcotics Anonymous

Art. N° DK-1101 Precio \$11,55/10,00 €

Hindi

Solo por hoy

सिर्फ आज के दिन

Art. N° HI-1112 Precio US \$9,00/7,90 €

Artículos de la 36ª CMNA

Disponibles online PRONTO

www.na.org/wcna

Elige entre una variedad de chancletas, toallas de playa, tazas, zapatillas...

Date un gusto o compra un regalo para un amigo o padrino/ahijado.

Todas las ventas son finales; tallas y cantidades limitadas a las existencias disponibles.



¡Conéctate con la literatura electrónica y las aplicaciones de NA!

Apps

Buscador de reuniones de NA

(incluye una lectura diaria de *Just for Today*)

¡NUEVO!

Recovery Companion App

Una aplicación de acompañamiento para apoyar la recuperación de los adictos en su vida diaria. Incluye [en inglés] el folleto N° 9, *Vivir el programa*, calculadora de tiempo limpio, buscador de reuniones, lecturas del grupo y herramientas para contribuir financieramente con NA, llamar a tu padrino o madrina, leer literatura de NA... y mucho más.

Disponible en*:



Amazon: <http://tinyurl.com/j3r9nd7>

Google Play: <http://tinyurl.com/p94vkby>

iTunes: <http://tinyurl.com/o74swbr>

* No constituye respaldo ni afiliación con las mencionadas empresas.

Literatura electrónica

Disponible en Amazon, Google Play, e iTunes*

Narcotics Anonymous

(Texto Básico, Sexta Edición)

It Works: How and Why

The NA Step Working Guides

Sponsorship

Living Clean:

The Journey Continues

The NA Step Working Guides

Versión interactiva con secciones en HTML
Exclusivamente en iTunes (solo iOS)

Amazon: <http://tinyurl.com/ph5kl5k>

Google Play: <http://tinyurl.com/ngmez35>

iTunes: <http://tinyurl.com/harwo4>

