



JULIO DE 1999
VOLUMEN DIECISÉIS
NÚMERO TRES

THE INTERNATIONAL JOURNAL OF NARCOTICS ANONYMOUS



Espiritualidad significa vivir de acuerdo a principios espirituales, aplicarlos y practicarlos en mi vida... todos los días, bien o mal.
Ralph K., Alemania

Espiritualidad es como uno trata a los demás —con dignidad— igual que como uno quisiera que lo trataran.
Rick, Australia

Quando vivo de un modo espiritualmente consciente, todo lo que me pasa, me guste o no, es una instantánea de perfección.

Theresa H., Nuevo México

En el camino espiritual	1
Editorial	2
A través de la oración y la meditación	3
Recuperación sin Dios	5
Terima Kasih banyak banyak; «Muchas, pero muchas gracias» en bahasa melayu	6
¿Soy un ser humano que tiene una experiencia espiritual o un ser espiritual que tiene una experiencia humana?	7
Buscar el espíritu en la espiritualidad	8
En busca de comprensión	9
Acción creativa	10
Una breve historia de «Dios» en Narcóticos Anónimos	11
Hacia un servicio más espiritual	13
Cartas de los lectores	13
Respuesta al artículo: «Puestos y política»	15
Seriedad con respecto al servicio; es cuestión de vida o muerte	16
Calendario	18
Comunicación telefónica para el Día de Unidad Mundial	20

EN ESTE NÚMERO

En el camino espiritual

«Todos los despertares espirituales tienen algo en común», dice nuestro Texto Básico, pero nos veríamos en apuros si tuviésemos que nombrar algo comparable a la gran variedad de experiencias espirituales de nuestros miembros. Estas experiencias no son algo que tengamos la suerte de oír en detalle muy a menudo. A muchos miembros le parece inapropiado hablar de creencias espirituales o religiosas específicas en nuestras las reuniones. Quizás lo sea... o quizás no; lo dejaremos librado a la autonomía del grupo. Pero no debemos seguir ignorando algunos de los caminos espirituales seguidos por nuestros compañeros. Este número del *NA Way* está dedicado a sacar a la luz esas experiencias. Las siguientes páginas presentan toda la diversidad que pudimos recopilar. Aunque sea sólo una pequeña parte del gran mundo de creencias que tienen nuestros miembros, deja claro que en el programa de NA hay sitio para todas y cada una de las creencias espirituales.

Para mí, una definición útil de espiritualidad es llamar un taxi y esperar el taxi que he llamado en lugar de parar al primero que pase por la calle.

Yona P., Israel



**REVISTA INTERNACIONAL
DE
NARCÓTICOS ANÓNIMOS**

CODIRECTORES EJECUTIVOS

Anthony Edmondson
George Hollahan

EDITORIA

Cynthia Tooredman

REDACTORES

David Fulk
Lee Manchester

DISEÑO Y TIPOGRAFÍA

David Mizrahi

JEFA DE PRODUCCIÓN

Anne Peters

JUNTA EDITORIAL

Bella A., Craig R., Stephan L., Jane N.

World Service Office

PO Box 9999
Van Nuys, CA 91409 USA
Teléfono: (818) 773-9999
Fax: (818) 700-0700
Sitio Web: <http://wso@na.org>

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

La revista The NA Way Magazine publica las experiencias y opiniones personales de miembros de Narcóticos Anónimos, por lo tanto no deben atribuirse a Narcóticos Anónimos en conjunto. La publicación de un artículo no implica el apoyo de Narcóticos Anónimos, The NA Way Magazine ni Narcotics Anonymous World Services, Inc.

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

He disfrutado preparando este número del NA Way como no me había pasado con ninguno de los otros ejemplares en los que tuve el privilegio de participar. Cuando se sugirió por primera vez el tema «espiritualidad», supe que el resultado sería un material reconfortante e inspirador, pero no me imaginaba que fuera tan maravilloso. A medida que empezó a llegar el material, me sorprendí leyéndolo llena de respeto. Invitaba a pensar, era profundo y extraordinariamente auténtico. Representaba la diversidad de NA hasta un punto que jamás me habría atrevido a soñar.

Ahora, mi única preocupación es que hayamos puesto el listón demasiado alto con este número. ¿Volveremos a alcanzarlo en el futuro?

Creo que sí. Algo que realmente contribuyó a que tuviéramos tan buen material para este número fue la detallada y cuidadosa planificación de la junta editorial. Nos dio el plazo necesario para conseguir material procedente de más comunidades de NA y buscar escritores que tuvieran experiencia con el tema de la espiritualidad.

La junta editorial ha creado un nuevo proceso de preparación de la revista y ha elegido temas para los números del año próximo. En la página 19 encontrarás los temas y los plazos de los próximos dos números y algunas ideas para escribir artículos. Somos conscientes de que el plazo del 2 de julio para el número de octubre es un poco justo, teniendo en cuenta que recibirás este ejemplar al finales de junio. Sin embargo, esperamos que puedas escribir algo para el siguiente NA Way.

Por favor, no dejes de mandar un artículo porque pienses que no tiene nada que ver con los temas de los próximos números. Siempre hay espacio para compartir todo tipo de opiniones. Necesitamos cosas de todo lipo para preparar la mejor revista que podamos, para ti.

Como siempre, nos gustaría recibir ideas, sugerencias, comentarios y críticas. Aunque no podamos publicar todo, lo leemos atentamente y nos guiamos por tus ideas en la medida de lo posible. La junta editorial me ha pedido que transmita con toda claridad que el objetivo de la revista es mejorar constantemente y que tu colaboración no sólo es bienvenida, sino desesperadamente necesaria. Así que mándanos algo... lo estaremos esperando.

Cindy T., editora

Cartas de los lectores en la página 13

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.

La revista NA Way se publica en inglés, francés, alemán, portugués y español 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".

A través de la oración y la meditación

por Jeff Gershoff,

coordinador de Servicios a Grupos de la OSM

Como consecuencia de mi infinita buena suerte, puedo relacionarme con miembros de la confraternidad de NA de todo el mundo. Trato de pensar en esto todos los días y de expresar mi gratitud. Como el tema de este número es la espiritualidad, vi la oportunidad de compartir mi buena suerte con los lectores del NA Way.

A continuación hay cuatro artículos cortos sobre el Undécimo Paso. Más que al paso en sí, se refieren a su aplicación en la vida de cada uno. Los colaboradores son: una mujer originaria de los Estados Unidos que vivió en Europa y actualmente reside en el extremo norte de la India; un hindú de Bombay que ha estudiado meditación en muchas partes de la India; un norteamericano de familia filipina muy conocido en ciertas áreas de NA por su espiritualidad y humildad; y una mujer de Argentina que nos brinda un enfoque fresco y esclarecedor sobre el Undécimo Paso.

De Dharamshala, India

En mi experiencia, la oración y la meditación intensifica mi recuperación y me hace mejor persona gracias a que me facilita un proceso por medio del cual disminuyo lo negativo y practico lo positivo.

Me estoy alejando del pasado, de cuando creía ser la única víctima en el centro del universo, con todos los resentimientos que alimentaban ese papel insaciable.

Cada vez me escapo menos al futuro de vacaciones. Para mí, la oración y la meditación son los billetes de salida de la isla de la fantasía de los «qué pasaría si...» «ojalá que...» en donde puedo caer y quedarme atrapada como si fueran arenas movedizas.

Estoy empezando a vislumbrar lo que es vivir en el presente. Durante toda mi recuperación he vivido situaciones que me han hecho recitar la Oración de la Serenidad con regularidad. La última de ellas es vivir en una diminuta comunidad, un semillero de oportunidades para practicar los principios espirituales, donde las experiencias ilustran la necesidad de elegir mis propias luchas y renunciar al resto. Mi entorno actual, en el Himalaya, me recuerda contener la lengua y sin embargo seguir respirando. A veces hasta logro que se evapore casi todo el humo de mi boca, aunque aún haya un fuego en llamas en el volcán activo de mi corazón.

Lisa M.

De Bombay, India

Después de entrar y salir de NA durante unos años, en 1990 me volví loco: me desnudé en la calle y empecé a hacer todo tipo de insensateces. La policía me metió en el manicomio, donde me encerraron en una jaula de barrotes, como un animal salvaje. Me aplicaron durante unos días electroshocks sin anestesia. Gracias a NA y la meditación, hace nueve años que estoy limpio.

Durante la meditación, me mantengo consciente de la respiración y las sensaciones físicas sin reaccionar a ellas. Esto ayuda a mi mente —que viaja todo el tiempo a velocidades supersónicas al pasado o el futuro— a vivir en el aquí y el ahora. También elimina gran parte de mi ira, miedo y otros defectos de carácter, y me convierte en un ser más cariñoso y comprensivo.

Después de una sesión, comparto los beneficios que recibo de la meditación (amor y compasión) con todos los demás, especialmente con aquellos con los que tengo algún problema.

La oración también me ayuda mucho a sanar mis relaciones. Después de rezar sólo seis meses por mi hermana (con la que estaba resentido y tenía una disputa desde hacía veinte años por una propiedad), nos amigamos. Además, un compañero adicto que había ido a una reunión del CSA a pegarme, se acercó a mí al cabo de unos meses y se echó a llorar en mis brazos. La oración y la meditación son muy poderosas.

La espiritualidad que nuestro programa y la confraternidad nos ofrecen son realmente impresionantes.

Con amor y gratitud,
Rajiv B.

Vivir una vida espiritual es tratar de vivir a imagen de Dios y dedicar más tiempo y energía a hacer el bien que a sentirse bien.

Meira T., Nueva Jersey

De San Pedro, California

Una de las cosas más indiscutibles sobre la recuperación en NA es que cada individuo tiene el derecho innegable a un Poder Superior comoquiera que lo conciba.

Al principio no lo entendía. Cuando oía o leía la palabra «Dios», me cerraba de inmediato, y como no tenía nada de receptividad, no escuchaba el «tal como lo concebimos» que venía a continuación. El hecho de no poder escuchar me causó mucho dolor y sufrimiento durante el período de consumo de tres años y medio que tuve después de una recaída.

El Undécimo Paso me resultó difícil durante todo mi primer año, quizás un poco más de la cuenta debido a que no practicaba la meditación. Ya conocía el poder de la oración; pero me faltaba aprender el valor y lo beneficioso de la meditación. Algo que escuché en una reunión (durante una época de dolor) me inspiró a empezar a practicar la meditación después de la oración.

Empezar a practicar la meditación ha tenido un efecto profundo en mi vida. Una vez vi un dibujo en una camiseta de NA en el que había un rompecabezas con una mano que sostenía la pieza que faltaba. En la pieza estaba escrita la palabra «servicio». Puesto que el servicio ha sido una parte importante de mi recuperación, la pieza que faltaba en mi rompecabezas era la «meditación». Ahora no puedo imaginarme la vida sin ella.

He tenido algunas experiencias muy profundas durante la meditación. El Undécimo Paso me sirve fundamentalmente de vehículo para vivir de acuerdo a los principios que hay en los pasos; si estoy centrado en la espiritualidad (o en Dios, si prefieren) cuando la locura entra en mi vida, recupero el sano juicio antes de dejarme llevar por ésta. Estar centrado en la espiritualidad me hace receptivo a saber lo que mi Poder Superior quiere que haga y hacia dónde quiere que vaya.

Mi padrino me dijo que la profundidad de mi recuperación dependía de mi mantenimiento espiritual. Y he visto que es cierto, y mantengo mi recuperación a través de la oración, la meditación y el servicio.

Tengo un padrino maravilloso que me ha enseñado (mediante el ejemplo) a mantener mi recuperación sencilla y básica. Después de leer varios libros de meditación, me di cuenta de que lo que me funcionaba mejor era la simplicidad de comunicarme con mi Poder Superior a través de la oración y quedarme en silencio el rato necesario para tener la oportunidad de reconocer la voluntad de Dios cuando está delante de mis ojos. Parte de la voluntad de Dios para conmigo es que esté limpio y reconozca la belleza de mi entorno y de otros seres humanos.

La oración y la meditación son herramientas maravillosas que llenarán tu corazón de paz, serenidad y amor.

*Dios os bendiga,
Freddie A.*

De Buenos Aires, Argentina

Me levanto, me pongo de rodillas y le pido a mi Poder Superior que me llene de fortaleza y esperanza para atravesar el día entregada a su voluntad. Me siento frente a mis plantas a meditar sobre el don de vida que él me ha otorgado y la segunda oportunidad que tengo a través del programa de NA.

Yo no profeso ninguna religión, el quiebre de rodillas es la manifestación física de mi entrega, arqueo mi cuerpo en señal de gratitud.

La meditación es la entrega mental, parar los pensamientos de mi cabeza (la parte mental de mi enfermedad) y permitir un contacto fluido y consciente con mi corazón, sus latidos y el oxígeno vital que entra en mi cuerpo, ingobernable, sistemático y maravillosamente simétrico. Ése es mi Poder Superior. Ése es el contacto consciente con algo más allá de mí, que me mantiene viva. Está, permanece todo el tiempo conmigo, lo comparto y ni siquiera soy consciente de ello. Es aquí, en este punto, donde mi plano espiritual trasciende, comparto el oxígeno con otros seres vivos; algunos, al igual que yo, son humanos; otros, como mis plantas, son de otro nivel evolutivo. ¡Pero todos tenemos vida!

Busco a través de la oración la calma, el silencio mental para que aparez-

ca la voz de mi Poder Superior, meditar, acallar las necesidades del cuerpo y de la mente para que el verdadero *ser se manifieste* —contacto consciente, parte del todo, gota de agua en mi océano de espíritu—. Mi Poder Superior es el océano en el que yo soy una gota con todas las virtudes y características de ese océano en esencia y potencialidad para desarrollar.

La voluntad de mi Poder Superior es que esté feliz con mi vida, con lo que hago y cómo lo hago. Compartir no sólo el oxígeno, también, la *serenidad* de saber que formo parte de algo, el *valor* para cumplir con la parte que me toca y la *sabiduría* para poder reconocer cada sentimiento que atraviesa mi humanidad. Mi Poder Superior rompe mi humanidad y me da a través del Undécimo Paso la fortaleza para atravesar la impotencia y la incapacidad que padezco por ser adicta.

Hoy, después de experiencias y despertares a tomas de conciencia cada vez más profundas, ya ni me importa saber cuál es su voluntad para conmigo; ¡ique haga Él, si lo que me viene dando es mucho más de lo que imaginé en la vida!

Formo parte de la humanidad. Tengo una segunda oportunidad. Pertenezco a una confraternidad de hombres y mujeres que evolucionan espiritualmente hacia una mejor calidad de vida.

Mi Poder Superior quiso que mi lugar en el mundo fuera éste donde estoy, haciendo lo que hago (que nunca imaginé hacer). Soy feliz, estoy plena, llena, *viva* y profundamente agradecida. ¡Ya no estoy más sola!

Patricia M.

Al leer estos textos resulta evidente que el Undécimo Paso es una de las claves para el crecimiento espiritual. Creo que los miembros de NA del todo el mundo estarían de acuerdo en que el crecimiento espiritual se aparta de las preocupaciones centradas en el ego y se dirige a los demás y a un «poder más fuerte que nosotros» —comoquiera que nuestros miembros lo conciban—. A leer estos testimonios de cuatro miembros de NA distintos, no podemos menos que sentirnos orgullosos y, como dice el último texto, profundamente agradecidos de formar parte de la Confraternidad de NA. ♦



Recuperación sin Dios

Espiritualidad,
a un nivel
personal,
significa poner
mi espíritu
en todo
lo que hago.

Saúl A., Panamá

Parece como si hubiese estado buscando toda mi vida algo en qué creer. Por fin, en 1982, tras quince años de abuso ininterrumpido de consumo de drogas, me arrastré hasta las reuniones de Narcóticos Anónimos. Aunque casi no parecía un ser humano, encontré en esas salas la esperanza que durante tanto tiempo me había estado esquivando.

Después del primer abrazo en mi primera reunión de NA, supe que había llegado a casa. Lo que me resultó especialmente atractivo era todas las opciones que me daban: la opción de no consumir, sólo por hoy, y la de tener un Poder Superior tal como lo concibiera. En general, no consumir, sólo por hoy, resultó mucho más fácil que encontrar un Poder Superior.

Durante mis años en recuperación probé muchos dioses diferentes: Jesús, Buda, Saraswati, Vishnu y muchos otros. Pero descubrí que obligarme a creer en un ser o una fuerza intangible e invisible me dejaba vacío, con el deseo de algo más.

Lo que me funcionaba al principio de mi recuperación —y hoy también— era usar al grupo como un poder más fuerte que yo. En realidad, es el amor incondicional que recibo del grupo y de los miembros de NA lo que considero un Poder Superior, sin duda más fuerte que todo lo que puedo hacer solo.

¿Significa que practico la oración y la meditación pensando en el grupo? Claro que no. Orar es sencillamente una petición, y meditar es meramente reflexionar... no tiene que estar dirigido a nadie, a nada ni a ninguna deidad en particular.

¿Cómo es posible que tenga un propósito en la vida o que mi vida tenga algún sentido sin un dios? Creo que mi propósito en la vida es convertirme en lo mejor que pueda llegar a ser.

Por último, ¿con qué mantengo un contacto consciente o en dónde busco consuelo si no es en un dios? Hoy en día, me reconforta y consuela saber que vivo una vida saludable, buena, limpia y que no hago daño a los demás ni a mí mismo. Puedo mantener un contacto consciente por medio del amor que tengo en mi corazón.

Trato de hacer las cosas correctas por las razones correctas. Intento avanzar en mi vida en un dirección buena y ordenada. Hago todo lo que puedo por incorporar los principios de nuestros pasos, tradiciones y conceptos en la vida cotidiana. Me mantengo cerca del programa yendo a las reuniones y compartiendo con mi padrino y mis ahijados. Hoy en día acepto mi condición humana. Sé que no soy perfecto, sino sólo un ser humano.

Tuve el despertar espiritual más significativo cuando me di cuenta de que el poder estaba dentro de mí. No puedo depender de un ser o una fuerza mística que haga por mí lo que no puedo hacer por mí mismo, y tampoco lo deseo. Después de haber pasado mucho tiempo tratando de ser todo para todo el mundo, ahora sé que empieza y termina en mí. Tengo que hacer el trabajo de base, esforzarme y buscar las soluciones.

Como dice en el libro *Funciona: cómo y por qué*, hoy tenemos «la capacidad de vivir con dignidad, de amarnos a nosotros mismos y amar a los demás, de reír y de encontrar mayor gozo y belleza en lo que nos rodea». Creo que la vida es una aventura que espera que yo descubra todas sus complejidades, no algo para tenerle miedo. Hoy me entrego a la vida que me ha dado NA, y, a pesar de todo el dolor, el duelo, la pena y el miedo que he sentido a lo largo de los años, saboreo cada instante despierto. Hoy en día amo la vida.

Hace poco leí algo que para mí lo dice todo: «El sentido de la vida es vivir una vida con sentido». Hoy, con la ayuda de NA, sus principios, los amigos que he hecho y la gente que he conocido a lo largo del camino, soy capaz de vivir esa vida.

Espiritualidad es ser yo mismo en todas las situaciones.

David C., Columbia Británica

Terima kasih banyak banyak

«Muchas, pero muchas gracias» en bahasa melayu

Me llamo Aziz y soy miembro del grupo Bahasa de Kuala Lumpur, Malaisia. Nuestro grupo tiene un promedio de veinticinco, treinta adictos que asisten a cada reunión. El tiempo limpio va de un día a quince años. Yo empecé la recuperación en 1993 y estoy muy involucrado en el servicio.

Durante casi veinte años de mi vida, cuando no estaba preso, vivía en la calle. Me inyectaba droga en las venas de la ingle y estaba desesperado y confundido, pero lo más triste era el rechazo de mi padre.

Cuando se enteró de que era adicto a las drogas, trató de ayudarme de todas las maneras posibles, pero yo no estaba listo para estar limpio. Al final, cuando ya no aguantaba más, me echó. En nuestra cultura malaya, que un padre reniegue de a su hijo es algo muy fuerte.

Fui de mal en peor. El rechazo de mi padre era la excusa para consumir cada vez más.

Justo antes de empezar mi recuperación, estuve en coma durante dieciséis días. Al decimoséptimo abrí los ojos y lo primero que hice fue maldecir a Dios por dejarme vivir. Creo que ahora sé por qué Dios no me quitó la vida: porque estoy limpio.

La confraternidad de aquí está compuesta mayormente por miembros islámicos. En Malaisia, si uno es malayo significa automáticamente que es musulmán, pero en nuestra comunidad también hay cristianos (chinos, indios y de otras nacionalidades), budistas (fundamentalmente chinos) e hindúes (principalmente de la India). Tenemos miembros de NA de cada uno de esos orígenes religiosos.

Cuando hablo con los recién llegados, les explico la diferencia entre espiritualidad y religión diciéndoles, por ejemplo, que el Islam nos pide que recemos cinco veces por día y hay muchas cosas que debemos y no debemos hacer. En NA no hay reglas ni normas, sino sólo los buenos sentimientos que tengo dentro cuando voy a una reunión y trabajo el programa.

Si los recién llegados empiezan a hablar de religión durante la reunión, les explico que el estilo de NA es trabajar con el problema que tenemos todos —nosotros mismos— no la religión, la familia o las drogas.

Hemos tenido que ocuparnos de muchas cuestiones en relación a las diferencias entre espiritualidad y religión durante el proceso de traducción de la literatura de NA a nuestro idioma nacional: el bahasa melayu.

Frases como «contacto consciente con Dios» no pueden traducirse con una palabra en nuestro idioma, y si la traducimos mal, puede causar problemas serios. La única palabra en bahasa melayu para decir «Poder superior a nosotros» es la misma que para decir «Dios», y esto también puede causar dificultades.

NA es un programa espiritual donde no entra la religión ni la falta de religión de nadie. Mi religión, por ejemplo, encaja perfectamente con mi programa de NA. Por ejemplo, después de un mes de Ramadán, celebramos el Idd-ul-Fidre, un festival en el que comemos mucho, visitamos a nuestros familiares y amigos, y damos dinero para que los pobres también puedan comer.

Este festival tiene muchos paralelismos con el programa. Pedimos perdón por el daño que podamos haberle hecho a nuestra familia y amigos, igual que las enmiendas del Noveno Paso. Este año, para la celebración, abrí la casa para el centro de acogida en el que trabajo, en lugar de volver a mi pueblo natal.

Muchas de mis ideas espirituales las he sacado del programa. Consisten fun-

damentalmente en ir a reuniones, hacer servicio, hacer mi propio inventario en lugar del de los demás y tratar de practicar la Duodécima Tradición en mi vida. Estoy aprendiendo a desapegarme de las cosas, aceptar la temprana muerte de mi madre, tratar de comprender la vida desde la perspectiva de los demás y efectuar enmiendas por mi comportamiento.

He aprendido mucho de mi padrino, que me ha animado a pedir ayuda y ayudar a otros adictos, igual que me ayudaron a mí al principio de mi recuperación. Ser padrino, ayudar a los demás anónimamente, no hacer caso de lo que piensan de mí los demás y vivir de acuerdo con mi propia conciencia tiene sus recompensas. Soy capaz de dar sin esperar nada a cambio.

Practico la espiritualidad cuando hago servicio. Empecé con las traducciones, que fue la forma de comenzar a aprender sobre el programa. Aprendí sobre los pasos y las tradiciones. Estuve trabajando con las traducciones durante tres años con otros dos miembros. Nos reuníamos todos los lunes de nueve a diez y media en mi habitación; después salíamos a tomar un té y a charlar de recuperación. Tuve suerte porque esos dos miembros tenían más tiempo limpio que yo y me ayudaron un montón. Uno de ellos es hoy en día mi padrino.

He sido secretario del Grupo Bahasa y el coordinador del comité de traducciones. He participado en reuniones de HeI y he sido el coordinador del CSA.

En 1995 mi padrino me sugirió que empezara a mandarle dinero a mi padre como parte de mis enmiendas. También empecé a escribirle cartas. En 1997, aunque tenía miedo de que volviera a rechazarme, finalmente reuní el valor para ir a casa a verlo.

Mi padrino me dijo que fuera con una mente abierta. Cuando mi padre me vio se echó a llorar y ahora nuestra relación es bastante tranquila gracias al programa. Ahora comprendo que si mi padre no hubiera renegado de mí, a lo mejor nunca habría tocado fondo y empezado a vivir limpio.

Mi vida ha cambiado completamente. Me siento bien. Me quiero. Tengo muchos amigos con los que me siento cómodo, aunque provengamos de diferentes razas y religiones. NA está abierto a todos.

Aziz, Malaisia

¿Soy un ser humano que tiene una experiencia espiritual o un ser espiritual que tiene una experiencia humana?

(Nota: He pensado muchas veces en la absoluta perfección de los Doce Pasos como programa de espiritualidad. Aunque el siguiente texto no menciona específicamente NA ni ningún paso en concreto, fue y es parte de mi viaje del Undécimo Paso para descubrir cuál es la voluntad de Dios, tal como lo concibo, para mí.)

Últimamente me he sorprendido varias veces hablando de este concepto. Aunque parece ser un tema común y he oído a mucha gente hablar de él de una u otra forma, aún tengo que escuchar a alguien hablar de la esencia de este concepto y qué significa para cada uno de nosotros.

Creo que todo se reduce a un sistema de creencias básico o fundamental. Por ejemplo, si creo que soy un ser humano que tiene una experiencia espiritual, entonces significa, al menos para mí, que creo que mi personalidad, mi mente, mis ideas son lo primero, y que ser espiritual se convierte en una meta a la que aspiro diariamente. Me extenderé sobre esta idea un poco más adelante.

Por otro lado, si creo que soy un ser espiritual que tiene una experiencia humana, entonces para mí significa que, primero y principal, soy mucho más que las células de mi cuerpo, las ideas que tengo, las experiencias que he tenido, la emociones que siento, etc. Soy parte de Todo Lo Que Hay, comoquiera que se defina. La vida de la persona que soy es sólo la expresión actual de lo que soy.

Como ser humano, tengo dos necesidades psicológicas fundamentales: tener seguridad y ser importante. En mi vida he llegado a algunos extremos para tratar de satisfacer esas necesidades. A veces ponía la opinión que los demás tenían de mí tan por encima de la mía que me convertía en un camaleón humano sólo para encajar, para que mi entorno me aceptara, y, por lo tanto, cubrir estas necesidades.

O eso pensaba. En el fondo sabía que no era así, y creía que vivía una mentira y que realmente yo no valía nada, ni para mí ni para nadie que me rodeara.

Así fue como aprendí a juzgarme con dureza —despiadadamente, en realidad— y llegué a vivir una vida basada en el miedo: miedo a todo, desde el miedo a cómo me percibirían los demás hasta el miedo de no valer nunca nada. Vivir de esta forma exigía que, en consecuencia, me proporcionara constantemente más gente, lugares o cosas a los cuales temer, abierta o secretamente.

Por fuera raramente parecía asustado. Después de todo, era un veterano de Vietnam y había visto, sentido y hecho cosas que habían eliminado el miedo de mi espectro habitual de emociones. ¡Sí, claro!

Hace muchos, muchos años que estoy en una búsqueda espiritual. Empezó como un viaje de descubrimiento de diversas religiones y terminó siendo algo mucho más importante: encontrar respuesta a esas preguntas tan antiguas: «¿Para qué estamos aquí en realidad?» «¿Quiénes y qué somos?» «¿Existe Dios?» «¿Cómo y de qué forma?» Sólo en los últimos años he empezado a darme cuenta de que estaba abordando las cosas al revés, que en realidad soy un ser espiritual que tiene una experiencia humana.

Lo que significa hoy en día para mí es que mis «defectos» no son permanentes, son una parte de esta existencia y parte de una lección. Las lecciones son algo para aprender, no para castigarme cruelmente. Aunque es cierto que mientras esté aquí en esta forma, tengo tendencia a dejarme llevar por el miedo, he llegado a comprender que en verdad tengo una alternativa y, la mayor parte del tiempo, he logrado basarme en el amor.

Lo que significa que he podido aplacar esa dos antiguas necesidades de seguridad e importancia. Si me baso en el amor, creo de verdad que soy parte de Todo Lo Que Hay, entonces mi seguridad e importancia es completa e inmensa siempre que no lo olvide. Puedo aprender sobre emociones más elevadas, como el amor incondicional y la compasión, porque ya no necesito pensar en cómo van a influir todas y cada una de las cosas sobre mí y sobre mi vida. Es asombroso el egocentrismo y la autoobsesión que he tenido gran parte de mi vida.

Puedo verme y llegar a aceptarme sin juzgar con dureza a ese ser. A fin de cuentas fue esa forma tan severa de juzgarme lo que me obligó a estropearlo todo, ser una desilusión constata para mí y para todos, hacer las cosas por las que me criticaba sin parar, como en un círculo vicioso.

Hoy en día acepto que cometo errores, y muchos; pero eso es lo único que son: errores, y no síntomas de un ser humano profundamente enfermo, insuficiente e incompleto. Puedo aprender de mis errores, ejercitar la compasión hacía mí mismo y seguir mi camino de descubrimiento para, en última instancia, unirme al Dios de mi cada vez más limitado entendimiento.

Mi espiritualidad me permite abstenerme de juzgar a los demás. En realidad ya no pertenezco al poder judicial, aunque el único que me había nombrado juez era yo mismo (y siempre *in absentia*). En lugar de juzgar, puedo amar. En lugar de compararme con los demás (y los demás siempre me ganaban), puedo amarlos y aceptarlos porque son unos seres increíblemente maravillosos, parte del todo al que yo también pertenezco.

Hoy en día, elijo ser un ser espiritual que tiene una experiencia humana con todo lo que eso entraña. ¿Y tú?

Stephan L., California

Mi Poder Superior es el espíritu y la verdad interior que viven dentro de mí. La enfermedad lo aísla con capas de trastorno, así que es difícil encontrarlo.

Jenny T., Nebraska

Buscar el espíritu en la espiritualidad

Mi práctica espiritual implica prestar atención a mi vida. Mirar profundamente para ver con claridad y serenidad que lo que hay es lo que hay, ni más ni menos. Aceptación. Momento a momento. La práctica significa abandonar la obsesión, la aversión y la negación. Desde que he emprendido este camino, empiezo lentamente a comprender la naturaleza efímera de todos los fenómenos. Para mí, no hay vuelta atrás. A medida que el ego empieza a desvanecerse, me convierto en el sendero que me libera de la enfermedad y la falta de paz.

Uschi M., California

Hace tiempo que me planteo escribir un artículo para nuestra revista. El tema que me ronda por la cabeza es espiritualidad. Pienso que la espiritualidad es un tema muy delicado en NA, al que parece que siempre nos acercáramos de puntillas por miedo a ofender o esparantar a alguien.

¡Basta de miramientos! No me propongo hablar de mi Poder Superior ni decirle a nadie que se busque uno igual. Al contrario, quiero compartir sobre el «espíritu» de la espiritualidad que, creo, podemos tratar de frente, cara a cara, sin ninguna incomodidad.

Pensemos en nuestro espíritu. De veras, sólo un momento. ¿Qué se nos ocurre? ¿Es razonable y responsable? ¿Despreocupado? ¿Cuidadoso? ¿Aventurero? ¿Tranquilo? ¿Ardiente? ¿Nervioso? ¿Cuál es nuestro color favorito? ¿Uno solo o varios? ¿Preferimos la naturaleza que nos rodea en un campamento de NA o una convención enorme en un hotel alto de una gran ciudad?

No, no es un test para determinar que tipo de persona eres, así que tranquilízate. Sólo quiero compartir con los demás algunas cosas que me dan resultado cuando exploro mi espíritu.

Hay días que lo único que sé sobre mí es que soy una adicta; pero eso sólo es una parte de mi espíritu, y hace mucho tiempo que he aceptado esa parte de mí.

Hay muchas facetas de mi espíritu. Me gustan los días cálidos del verano.

Me siento bien cuando logro alguna meta; entonces mi espíritu encuentra más cosas que debo hacer.

Mi espíritu se eleva cuando mi hija me da un abrazo porque sí o cuando mi marido me dice que soy hermosa.

Me siento más espiritual después de una buena reunión de NA en la que al menos una persona haya llorado. La emociones puras son tan reales... y muy saludables.

Me siento gratificada cuando comparto el mensaje con un recién llegado. Es tan satisfactorio ver un adicto limpio y trabajando el programa.

A mi espíritu le encanta una buena competición. Una buena discusión con un contrincante de ideas políticas opuestas me pone en forma.

Mi grupo habitual es parte de mi espíritu.

Mi familia es parte de mi espíritu.

Todo el tiempo aprendo algo más sobre mi espíritu. Por ejemplo, ahora estoy tratando que este texto me salga. Es algo para lo que creo que podría ser buena. Es algo que los demás dicen que hago bien. Es algo que el PS ha puesto en mi corazón para que haga.

Mi miedo al rechazo, al fracaso y a la imperfección me impidieron durante mucho tiempo intentarlo. Después de todo, si no funciona, ya no podré seguir diciendo en tono de superioridad moral que si tuviera un procesador de textos excelente o una secretaria sería una gran escritora.

Estuve estancada en esta manera de pensar enfermiza durante tanto tiempo que acabé con el ánimo por los suelos. Para mí, la forma más rápida de estar abatida es luchar contra el espíritu que me ha dado mi PS.

Mi PS me brinda los recursos que necesito para dejar que mi espíritu juegue. Tengo lápiz, papel y una vieja máquina de escribir para procesar mis palabras. Tengo un Texto Básico y un montón de compañeros adictos para ayudarme a superar el miedo. Y, por supuesto, tengo un PS al que lloriquear cuando no consigo lo que quiero. Me escucha y me da exactamente lo que necesito.

Puede que mi espíritu no comprenda el Poder Superior de los demás, pero comprende perfectamente la espiritualidad de los otros y está agradecido de que la compartan conmigo. Gracias a NA descubrí mi espíritu, día a día algo más será revelado.

Tabitha I., Missouri

En busca de comprensión

Me llamo Margie y llevo casi dieciséis años limpia.

Tarde mucho tiempo en llegar a la concepción espiritual que tengo hoy en día. Mi primer contacto con la espiritualidad fue en mi infancia. Iba a la escuela dominical de la iglesia a la que pertenecía mi familia, pero nunca tuve la inclinación de seguir ese camino religioso.

Cuando llegué a NA, había estudiado yoga, astrología, numerología y vegetarianismo. Y estaba metida en la filosofía New Age.

Mientras hacía mis segundo Cuarto y Quinto Paso tuve un poderoso despertar al reconocer la naturaleza de mi Poder Superior. Entré en contacto con un poder más fuerte que yo que se manifestaba en forma de amor. Mi experiencia con ese amor consistía, y aún consiste, en muchas facetas, incluidos el valor, la libertad y la compasión. Supe intuitivamente el nombre de mi Poder Superior: Cristo.

No era como lo que se aprende en la iglesia, sino una experiencia de amor infinito. Había leído sobre ese tipo de experiencias; alguien la había descrito como si comprendiera que su Dios era «el Dios de los predicadores». Sabía exactamente lo que significaba.

Me sentí moralmente obligada a compartir mi verdad con otros miembros de la confraternidad. Les dije lo que me había pasado. Quería que otra gente supiera lo que me estaba ayudando y perfeccionaba mi recuperación.

Empecé a tener dificultades para encajar en la confraternidad. Cuando hablaba de mi experiencia con Dios, los demás confundían sus experiencias con una determinada religión y mis concepciones personales.

Muchos habían tenido experiencias muy negativas con la religión organizada y reaccionaban contra mí con ira o dolor, a veces se burlaban o hablaban a mis espaldas.

Si predicaba en una reunión de NA, entonces los compañeros se sentían con el derecho de demostrar algún tipo de reacción negativa. Es normal que al-

guien que empieza a recorrer un nuevo camino espiritual exprese sus nuevas creencias con cierta torpeza.

Una de las cosas que más miedo me dan es el rechazo. Necesito que me acepten incondicionalmente, así que cualquier forma de crítica me asustaba. Sin embargo, me quedé en la confraternidad y utilicé mi fe mientras trabajaba los Doce Pasos. El hecho de creer en Cristo me ayudó hacer un trabajo sólido de los pasos.

Sabía a Quién le rezaba, y la experiencia de rendición era algo profundo. Es más fácil rendirse a un poder más fuerte cuando se sabe que es ese poder y ya se ha experimentado.

Mi fe y confianza en Cristo hicieron que el trabajo del Sexto Paso me resultara más fácil. Sé que algunos miembros creen que nunca se librarán de sus defectos de carácter. Sin embargo, yo también creía que nunca podríamos vivir sin drogas, y lo estamos haciendo. Mi fe me hace creer que también puedo vivir sin defectos de carácter.

Sé que fui víctima de una ira irracional durante nueve años y ahora recién empiezo a tener niveles normales de esa emoción. Uso el ejemplo de Cristo como un personaje digno de imitar. La fuerza de su ejemplo es el aspecto más importante de mi experiencia y fe.

En NA decimos que es muy importante la fuerza del ejemplo; sin embargo, casi siempre era la compañera con más tiempo limpio y había muy pocos veteranos. Así que busqué inspiración allí donde pudiera encontrarla, dentro y fuera de la confraternidad; pero donde encontré el mayor poder de ejemplo fue en Cristo. Sé que soy imperfecta y supongo que eso significa que debo seguir trabajando los pasos Sexto y Séptimo.

Un tiempo después de mi experiencia de despertar, me di cuenta de que algunas de las creencias ligadas al cristianismo me resultaban difíciles de sostener. Empecé a hablar cada vez menos sobre mi fe, lo que pareció reducir la fuerza de mis convicciones.

Sigo luchando con esto porque tengo un contacto muy fuerte con la profunda experiencia de mi despertar espiritual. Tengo que encontrar alguna forma de expresar mi propia fe sin alterar a los demás.

Ahora acepto mi propia experiencia y llevo el mensaje de forma útil. La esencia de mi espiritualidad es el amor y la aceptación. Creo que todos tratamos de comprender y de ser comprendidos.

Margie, Australia

Para mí, la espiritualidad es una lucha. Me ha costado mucho conciliar el concepto de un Dios bondadoso con la idea de adictos que siguen muriéndose en las calles. En cierto modo creía que yo no merecía recuperarme más que ellos. Tampoco creo en la idea de un Dios caprichoso que decida al azar a quién le toca recuperarse y a quién no. ¿Qué me queda entonces? Un Dios que no comprendo pero con el que aún estoy dispuesto a tener un contacto consciente.

Dan B., Ohio

Espiritualidad es la aplicación consciente en mi propia vida de los mismos valores y principios que creo que posee mi Poder Superior. El respeto por mí mismo es directamente proporcional a mi buena voluntad de mantener esos valores en el contexto de mi vida diaria.

Ross M., Ontario

Cuando vivo una vida espiritual, tengo la sensación y la certeza de que todo está bien, independientemente de que las cosas parezcan lo contrario. Es la sensación de que todo está bien, siempre ha estado bien y siempre estará bien. Es un lugar calmo y tranquilo.

Greg I., Oregón

Espiritualidad es el lugar al que aspiro cuando mi interior y mi exterior están tranquilos y serenos al mismo tiempo. He encontrado ese lugar en recuperación.

Dickie D., Louisiana

Acción creativa

En NA, así como he desarrollado una relación con Dios tal como lo concibo, también he desarrollado una espiritualidad tal como la concibo. Y voy a compartirla con mis compañeros con la esperanza que les sirva para nutrir su propia espiritualidad de formas nuevas.

La súbita muerte de mi madre en abril de 1998 me obligó a prestar más atención que nunca a mi estado espiritual. Experimenté una soledad e inseguridad sin precedentes. Tuve que apoyarme más en el amor de mi familia y amigos; mi proceso de recuperación se debe en gran medida a su respaldo.

Sin embargo, tenía que atravesar solo parte del duelo y del dolor. Cuando el apoyo de fuera no basta, debo alimentar lo valioso que tengo dentro de mí. Para ayudarme a construir ese apoyo interior, descubrí una nueva herramienta espiritual: ritos personales y creativos, acciones sencillas y espontáneas que simbolizaban realidades más grandes.

Por ejemplo, en uno de mis viajes a la playa le escribí una carta a mi madre y encendí una vela que había encontrado en su casa. Le conté lo mucho que la echaba de menos y cómo le habría gustado esa playa. Expresé el miedo que me daba enfrentarme al futuro sin ella. Después de orar y reflexionar, apagué la vela, la puse en una bolsa de plástico y la enterré en la arena cerca de la orilla con una nota que decía que si alguien encontraba la vela podía encenderla en memoria de un ser querido.

No tenía ni idea de si alguien iba a encontrar mi vela y seguir mis indicaciones. Lo único que importaba era que el rito me conectaba de alguna manera con la experiencia universal de la pérdida de un ser querido. Mi acto solitario me ayudó a sentirme menos solo.

No estoy diciendo que todos los miembros de NA vayan a la playa con unas velas y un papel. Tampoco que he encontrado una forma de vida mejor que la de NA. Mis ritos personales son herramientas sencillas que uso para tratar con la pérdida.

Mientras escribía este artículo me vino a la cabeza una frase del Texto Básico: «una acción creativa del espíritu», que en ese caso se refiere a compartir con los demás en épocas difíciles. Aunque mis ritos sirvan únicamente para mi personalidad, mi espiritualidad sólo puede sobrevivir en una atmósfera de recuperación. Mi padrino y mis amigos de NA me dan la fortaleza para estar solo con mi duelo, así como los lemas de NA me dan la fortaleza para mantenerme limpio fuera de las reuniones.

Antes he dicho que había desarrollado una relación con Dios. Sin duda lo puse al revés: Dios ha desarrollado una relación conmigo. Darse cuenta de algo así demuestra un principio que aún la espiritualidad de todos los que intentan recuperarse: la humildad. Ojalá sea uno de los muchos dones que nuestro Poder Superior le confiere a nuestros espíritus inquietos.

Larry B., Carolina del Norte



Vivir diariamente con la paz, el amor y el valor de ser un hijo de Dios. Intentar conocer la voluntad de Dios para conmigo y tener la buena voluntad de cumplirla.

Joanna M., Illinois

Una breve historia de «Dios» en Narcóticos Anónimos

por Cindy T., editora

Narcóticos Anónimos menciona la palabra Dios en cinco de los doce pasos; cuatro veces usa directamente «Dios» y la quinta, el pronombre «lo». Algunos también creen que el «Poder superior a nosotros mismos» que se menciona en el Segundo Paso es lo mismo que «Dios, tal como lo concebimos» del Tercero y el Undécimo Paso.

Por lo tanto, uno no necesariamente supondría que la palabra «Dios» tuviera que ocupar un lugar especialmente polémico en Narcóticos Anónimos. Sin embargo, eso es precisamente lo que sucede desde que NA ha empezado a crecer y atraer diferentes tipos de miembros.

La tradición de NA de no tener opinión sobre cuestiones ajenas a sus actividades no significa que éstas no afecten a nuestra confraternidad ni que sus miembros no estén influenciados por factores culturales... ¡Al contrario!

En 1953, cuando se fundó NA tal como lo conocemos hoy en día en California del Sur, adoptó una versión ligeramente modificada de los Doce Pasos de Alcohólicos Anónimos, y quizás, sin proponérselo, también una buena parte de la sabiduría convencional de AA de la época. Si leemos el siguiente fragmente del Libro Grande de Alcohólicos Anónimos, escrito por Bill W., el fundador del programa, quizás comprendamos un poco mejor la filosofía de AA con respecto a «Dios»:

«Indiscutiblemente no era otro el dilema que el de la falta de poder indispensable. Era preciso, pues, hallar ese poder salvador mediante el cual nos fuese dable seguir viviendo. Evidentemente, ese poder tenía que otorgárnoslo una Fuerza Superior a nosotros mismos... Vamos a hablar de «Dios». Como es natural aquí surge cierta dificultad en cuanto a los agnósticos. Verbi gracia, al hablar con algunos recién llegados a nuestros grupos, podemos notar en su fisonomía cómo va creciendo su esperanza... pero vemos como cambia en algunos la expresión de la faz y se conturba su ánimo cuando abordamos tópicos espirituales, especialmente cuando mencionamos el nombre de Dios»

«De sobra sabemos cuál es la manera de pensar y sentir de esos amigos. En los días del ayer participábamos con igual sinceridad de esos prejuicios y dudas. Algunos éramos completamente antirreligiosos. Para otros, la palabra "Dios" era una idea particular que alguien nos inculcó allá por los remotos días de la niñez.»

«Con gran alivio averiguamos que no teníamos que atenernos a las concepciones religiosas o deificantes de otras personas. Bastaba nuestra propia concepción, por rara que nos pareciese.»

A juzgar por esto, parece que la idea original de AA sobre un Poder Superior, tal como lo expresa Bill W., no era radicalmente diferente de las creencias judeocristianas de la cultura mayoritaria de la época, o sea, la de los Estados Unidos de los años treinta.

Las cosas no habían cambiado demasiado a finales de los cuarenta, principios de los cincuenta, cuando NA empezó a formarse. Es interesante señalar que la versión de «los pasos» que se elaboró en Nueva York hacia 1950, no menciona la palabra «Dios» en ninguno de los doce, pero el paso décimo tercero decía simplemente: «Dios ayúdame» (bastante diferente de lo que irónicamente se entiende hoy en día por un «paso trece»).

Simplemente
libertad

Dom, Australia

Dios está al
mando. Cuando me
acuerdo, todas las
preocupaciones, todo
el estrés y todas las
prisas, desaparecen.
Cuando me acuerdo,
la vida es fantástica.
Y ahora me acuerdo
mucho antes que
al principio.

Emma W., Oregón

Aunque es imposible saber sobre qué compartían los miembros precursores de Narcóticos Anónimos en las reuniones de recuperación y cómo hablaban de un Poder Superior, en la primeras publicaciones de NA se usa la palabra «Dios» sólo en la adaptación de los pasos de AA y en la Oración de la Serenidad. No hay menciones de «Dios», un «Poder superior nosotros» ni un «Poder Superior» en ninguna otra parte del folleto marrón claro escrito en 1954. Unas pocas frases de «¿Qué es el programa de NA?» que aparecen en ese folleto son casi idénticas a las del Librito Blanco, con algunas excepciones notables. La garantía de que «cualquiera puede unirse a nosotros» carece de la frase final de «falta de religión», que fue añadida al primer Librito Blanco publicado a principios de los sesenta. Donde hoy en día dice: «Muchos... buscamos ayuda en la medicina, la religión y la psiquiatría. Ninguno de estos métodos nos bastó», originalmente decía: «La medicina y la psiquiatría no tenían soluciones para nosotros». La religión no se mencionaba.

De esto se podría deducir que estas ideas se añadieron a la literatura porque una mayoría de miembros creía que había que hacer especial hincapié en la naturaleza «espiritual no religiosa» del programa de NA.

A pesar de los grandes cambios en la composición de los miembros de NA durante los años 70 y principios de los 80 —especialmente por el desarrollo de NA fuera de los Estados Unidos, en lugares en los que la cultura predominante no era la judeocristiana—, en esos años no hubo cambios significativos de las ideas escritas de NA sobre un Poder Superior. En 1983, cuando se publicó el Texto Básico, fue la primera vez en la que realmente se recopiló dentro de la confraternidad y se presentó como sabiduría y experiencia colectiva de NA en su conjunto una amplia variedad de enfoques sobre la espiritualidad, Dios, un Poder Superior, etc.

Lo fundamental del pensamiento de NA sobre un Poder Superior se refleja en la siguiente cita, que no se ha modificado (salvo por algunas correcciones gramaticales de poca importancia) en ninguna de las seis ediciones del Texto Básico:

«En un momento dado nos dimos cuenta de que necesitábamos la ayuda de algún Poder superior a nuestra adicción. Nuestra concepción del Poder Superior depende de nosotros, nadie va a decidirlo en nuestro lugar. Podemos llamarlo grupo, programa o Dios. Lo único que se nos sugiere es que este Poder nos quiera, nos cuide y sea más fuerte que nosotros. No hace falta que seamos religiosos para aceptar esta idea.»

«Nuestro concepto de Dios no proviene de un dogma, sino de lo que creemos y nos funciona. Muchos concebimos a Dios simplemente como esa fuerza que nos mantiene limpios. El derecho a un Dios tal como cada uno lo conciba es total y sin condiciones.»

Al mirar el crecimiento experimentado por NA desde se escribió este texto, sólo ahora se puede valor realmente la amplitud y la profundidad de los fundamentos espirituales fijados en estas declaraciones. Casi como si los escritores del Texto Básico hubiera previsto el futuro y supieran que la presentación espiritual de NA tenía que ser lo suficientemente amplia para incluir a miembros de todo el mundo con sus respectivos bagajes culturales e idiomáticos.

No obstante, ha habido nuevos esfuerzos para hacer aún más amplio el programa de NA. Uno de los más significativos quedó reflejado en la decisión del Comité de Literatura de la Conferencia de Servicio Mundial de garantizar que, en toda la nueva literatura creada por la confraternidad de NA, las referencias a Dios fueran neutras, en términos de género, y siempre que fuera posible se añadiera «tal como se conciba»¹ a continuación la palabra «Dios».

Este propósito dio lugar a algunos comentarios graciosos mientras se escribía el libro *Funciona: cómo y por qué*. Durante las reuniones del comité, los miembros revisaron el borrador y señalaron todos los lugares en los que en el texto aparecía simplemente «Dios» en lugar de «un Dios tal como se conciba».

¹ *Of our understanding* en el original en inglés.

Hacia un servicio más espiritual

por David H.

El domingo pasado fui a la reunión mensual de mi área y vi como la gente que yo quería se atacaba verbalmente entre sí. Fue una sacudida, pero no una sorpresa. He visto este tipo de mal comportamiento en comités de servicio a lo largo de toda mi recuperación y siempre me ha repugnado. Es el tipo de cosas que aleja a las buenas personas del servicio.

Parece que hace falta muy poco para inducir a los adictos a que se olviden de las tradiciones, de su compromiso con la unidad y la conciencia de grupo. Por aquí solemos decir: «Si crees que no tienes ningún defecto de carácter, empieza a hacer servicio y verás.»

En servicio, igual que en recuperación, o crecemos o nos vamos. Si no podemos crecer y encarar la frustración con madurez, acabamos amargados y quemados antes siquiera de poder disfrutar de las recompensas del servicio.

Tanto si hacemos servicio en un grupo, área, comité o con el adicto que todavía sufre, tenemos que practicar los principios espirituales. A continuación enumero algunos principios que considero importantes. Estoy seguro de que se podrían añadir otros, pero para empezar son suficientes.

La **cordialidad** a menudo se confunde con una buena educación formal, pero en realidad consiste en la buena voluntad de mantener un tono amistoso, educado, amable y positivo. No significa que debamos estar de acuerdo con todas las sugerencias o mociones; sino que veamos a los otros como seres humanos y le brindemos el beneficio de la duda, dejemos que se equivoquen sin burlarnos, y, les echemos una mano para ayudar en lugar de abusar de su inexperiencia.

El **respeto** es apreciar el valor de los demás, su importancia a los ojos de Dios, su valor intrínseco. Si te respetan de verdad, es por lo que eres, no por quien eres. Te respetan como un individuo único, un hijo de Dios amado, no

porque eres o conoces a alguien importante.

Si tenemos **compasión** por el recién llegado que está en las garras de la enfermedad, ¿no podemos tener un poco de compasión por el adicto al servicio que se ha visto desbordado por una situación acalorada? Hasta un adicto con muchos años limpio y un montón de experiencia de servicio puede estar sufriendo, y nuestra compasión por el adicto que sufre no debería ser menor aunque estemos en desacuerdo con esa persona.

Consideración significa que tenemos en cuenta los sentimientos, los problemas y las necesidades de los demás e intentamos no llevarnos por delante la vida ni los horarios ajenos.

El **autocontrol** es esencial, especialmente si discutimos algo que nos importa mucho. Es un error común suponer que no podemos controlar nada. Es verdad que no podemos controlarlo todo, pero sin duda sí podemos controlar nuestro temperamento, nuestro ego y nuestro vocabulario.

Saber **abstenerse** significa dejar pasar. No hace falta «quedar empatados» cuando alguien hace algo que nos duele. Hacerlo es caer al mismo nivel que la otra persona. Renunciar al derecho de contestar un insulto no reduce la autoestima; al contrario, la aumenta.

La **capacidad de perdonar** es aún más honrosa porque demuestra una comprensión de la flaqueza humana de los demás, y la buena voluntad de dejar que nuestra ira se nos pase para poder cambiarla por amor.

Saber ser **inofensivos** es tomar la decisión de nos hacer sufrir a otro ser humano. Si no causamos dolor a un animal, ¿por qué íbamos a estar menos preocupados por un semejante? Cuando practicamos este principio con elegancia y buena voluntad, no devolvemos un golpe ni un desprecio, porque el mal comportamiento de una persona no es excusa para el nuestro.

Es importante que nuestros servidores de confianza compartan una **visión común**. Generalmente la limitamos a nuestra tradición de llevar el mensaje al adicto que todavía sufre, pero lo más correcto sería llamar a esto el propósito primordial que configura nuestra visión

Cartas de los lectores

Soy funcionaria de una prisión de Texas que tiene un programa de rehabilitación para hombres con problemas de abuso de drogas.

En respuesta a la carta publicada en el número de enero de 1999 en la revista *NA Way*, dan ustedes varias razones de por qué los miembros de NA que participan en un panel de HeI no deberían dar su número de teléfono a los adictos encarcelados. Me gustaría añadir una razón más:

Según una disposición del Departamento de Justicia Penal de Texas, no se permite a ningún visitante intercambiar información personal con los hombres y mujeres que cumplen condena. Si se descubre a alguna visita pasando información de este tipo, se la elimina inmediatamente de la lista de personas autorizadas a ingresar. Lamento que un adicto encarcelado se sienta herido por esta política, pero se debe a razones de seguridad de todas las personas implicadas.

*Cordialmente, Edna Forbes, LCDC, ADC
Departamento de Justicia Penal de Texas*

*Espiritualidad es
reemplazar
progresivamente por
amor el miedo que
antes llenaba mi
corazón. Y esto
sucede porque tengo
contacto con un
Dios bondadoso y
con la gente del
programa.*

Dora S., Brasil

Espiritualidad es el proceso de profundizar y enriquecer continuamente mi consciencia y mi perspectiva de la vida a través de un contacto continuo con un Poder Superior y un sistema de apoyo de gente que me quiere y con la que comparto mi compromiso con el espíritu.

Ron H., Nuevo México

común. Muchos soñamos con una fraternidad mundial, un lugar que existe más en el espíritu que en el espacio, un vínculo de amistad y confraternidad que brinde apoyo para que los adictos se mantengan limpios y se conviertan en personas responsables, cariñosas, alegres y centradas en Dios.

El signo inequívoco de un despertar espiritual es la **generosidad de espíritu**, el deseo de compartir el amor y la generosidad de Dios con los demás. Nuestras ideas sobre cómo lograr nuestra visión común pueden discrepar, pero si somos generosos de espíritu, no nos molestará el derecho de los demás a tener otro criterio.

Siempre y cuando respetemos el derecho de los demás a tener otro criterio con respecto a la visión común, no ponemos en peligro la **unidad** de NA. La mayoría necesitamos practicar con frecuencia el principio de **rendición**.

En un instante de acaloramiento podemos llegar a pensar que el mismísimo futuro de NA depende de una decisión, pero cuando volvemos a tomar **distan-**

cia, vemos que Dios está al mando y continúa siendo la fuerza que guía nuestro mensaje y nuestro trabajo.

Es importante, mientras las decisiones aún no se han tomado, que sepamos **defender** la conciencia del grupo apropiadamente. Un buen representante de servicio debe preparar explicaciones y argumentar razones para presentar la moción de su grupo o área y representar lealmente la conciencia del grupo. Es muy difícil defender una moción con la que uno personalmente no está de acuerdo, pero es lo que debe hacerse. Es una prueba de nuestra rendición y confianza en el proceso, pero cuando nos asignan la responsabilidad de representar las opiniones de los demás, debemos exponer los argumentos habilidosos y persuasivamente, al margen de nuestro parecer personal. Por supuesto que nadie tiene la obligación de presentar una moción o tomar una medida que considere moralmente incorrecta, pero las mociones de servicio raramente tienen semejanza de importancia ética.

Muchas veces, mientras un servidor de confianza defiende la conciencia de su grupo, descubre reservas de **valor** que ignoraba tener. En lugar de echarse atrás temeroso, se levanta con **confianza**, una **amable firmeza** y la **seguridad necesaria** para apoyar la conciencia que representa. Puesto que no hay nada que perder si defiende confiadamente la conciencia de su grupo, y mucho si no lo hace, el RSG se siente como si el grupo estuviera allí respaldándolo. Estas experiencias pueden repetirse fuera del servicio. Nos damos cuenta de que allí donde éramos tímidos, tenemos ahora más fuerza interior y más confianza.

Un servidor de confianza tiene que prestar cuidadosa **atención** a las cuestiones que se discuten. Estamos en una actividad salvadora de vidas, y aunque siempre está bien ser **alegre** y tener un buen sentido del humor, no es apropiado ser descuidado o frívolo con las cuestiones que se nos encomiendan.

En las cuestiones de trabajo en NA hay que estar **despierto** y ser **solícito**. Un servidor de confianza debe demostrar **responsabilidad**, **perseverancia** y **compromiso**. Si decimos que haremos algo o que estaremos en alguna parte, debemos cumplir nuestra palabra.

Si una reunión de trabajo dura tres horas, debemos quedarnos hasta el final, al margen del partido que transmitan por televisión. Quejarnos con otros servidores de lo mucho que nos sacrificamos o de todo lo que nos perdemos, no ayuda. Ellos también se sacrifican.

De hecho, es bastante apropiado demostrar **aprecio** y **gratitud** a los servidores de confianza con quienes trabajamos y que sirven al grupo. Lo hacen gratis y dan mucho. Un abrazo cálido o un amable «gracias por hacer servicio» es lo mínimo que podemos hacer para demostrar nuestro aprecio. Una de las formas más sinceras de hacerlo es prestar atención a los talentos y habilidades de los servidores de confianza. Fijarse cuando alguien hace algo bien y felicitarlo o agradecerse específicamente. Este gesto puede dar los **ánimos** que los servidores necesitan para seguir haciendo el trabajo, incluso aunque sea frustrante. El servicio de NA está lleno de tareas difíciles y las recompensas personales parecen pocas.

La **sociabilidad** es una parte necesaria del trabajo con otra gente. No somos máquinas, sino personas, y necesitamos relacionarnos entre nosotros a nivel humano. La sencilla amistad puede hacerlo mucho más fácil.

Es importante que tratemos de exigirnos al máximo para relacionarnos con los demás a su mismo nivel. La **sensibilidad** a los sentimientos y circunstancias únicas de los otros es parte fundamental de la **conciencia social**. Esto nos permite trabajar con gente de diferentes orígenes e interactuar con la sociedad en su conjunto.

En el servicio, la **paciencia**, más que una virtud, es una herramienta de supervivencia. A algunos miembros les cuesta entender cosas que nosotros captamos enseguida. Algunos procedimientos son muy confusos para los servidores nuevos. Para resolver algunas cuestiones de trabajo se tarda mucho. Algunos oradores divagan o no paran de hablar. Es buena idea, para no perder la paciencia, respirar hondo, recordar que todos estamos en el mismo barco y decidir no perder de vista la tarea aunque nos lleve todo el día.

Es posible que resulte difícil practicar la **tolerancia** cuando tratamos con

continúa en la página 17



Espiritualidad
es sentir la
presencia de mi
Poder Superior
obrando en
mi vida.

Reuben F., Louisiana

**Espiritualidad significa
compromiso con la
recuperación y el
servicio, alejarse de la
vieja vida y encaminarse
hacia una nueva, salir de
la oscuridad e ir hacia
una nueva luz en la vida;
es un giro de ciento
ochenta grados para
acercarse a Dios.**

Ammar A., Bahrain

Respuesta al artículo:

**«Puestos y política»,
NA Way, enero de 1999**

Mindy A., en su artículo, se pregunta: «¿La importancia del servicio se basa en la cantidad o el tipo de servicios que un individuo tenga, o en los cambios internos que dicho individuo experimenta mientras hace "cualquier" servicio?»

Deduzco que en realidad es una pregunta retórica y que el autor cree que la respuesta correcta es la segunda.

Este punto de vista refleja una actitud extremadamente común de muchos miembros de la confraternidad. Es demostrativo de la filosofía que sostiene que hacemos servicio porque es bueno para nuestra recuperación.

He oído millones de veces que el grado de beneficio del trabajo de servicio en el crecimiento personal no tiene igual. Casi siempre es esta la razón que se da para convencer a los compañeros de que se unan al trabajo de proveer reuniones, literatura, comprensión y acceso al mensaje de NA.

Después de un breve período de servicio en el comité de mi área, llegué a la conclusión de que no hacemos el trabajo de servicio para contribuir a nuestra propia recuperación, sino para contribuir a la recuperación de los demás.

Yo empecé a hacer servicio por diversas razones. Reconozco que uno de los grandes motivos fue que pensaba que me haría parecer más importante ante mis compañeros. También creía que sería bueno para mi recuperación... que me haría madurar como persona.

Lo que he llegado a entender es que el servicio no es tan importante por lo que hace por mí, sino por lo que hace por los demás. Aunque es verdad que he aprendido lecciones muy valiosas sobre la paciencia, la fe, la unidad, la conciencia de grupo, la negociación, el compromiso, hablar en público, escribir a máquina y mantener archivos, la verdad es que el servicio, por su misma índole, no puede ser algo para el beneficio personal.

Si lo examinamos desde otra perspectiva, desde la de nuestro propósito primordial, resulta claro que nuestro crecimiento espiritual es secundario para la confraternidad de NA. Debemos distinguir entre la *confraternidad* de NA y el *programa* de NA.

El propósito de los Doce Pasos (del programa) es establecer una forma de vida espiritual que pueda transformar la vida de cualquier persona dispuesta, del egoísmo y el egocentrismo a la entrega desinteresada y la generosidad.

El propósito de nuestros miembros (de la confraternidad) es decir a los demás que ellos también pueden sufrir esta transformación y enseñarles cómo. Nuestra recuperación personal se basa en lo que hacemos cuando no estamos en las reuniones. Las reuniones son los lugares en los cuales podemos contribuir a facilitar la recuperación de los demás y ayudar al crecimiento de NA en su conjunto.

Estamos, sin embargo, tan interconectados que nuestra supervivencia depende de la de NA. En este sentido, efectuamos el trabajo personal para nosotros, pero el despertar espiritual que obtenemos como resultado del programa nos abre los ojos al mundo y a la gente que nos rodea.

Ya no somos las personas fanfarronas y presumidas que éramos; en cambio, nos convertimos en seres cariñosos y compasivos que trabajan en equipo para brindar los medios para aliviar el dolor y el sufrimiento de la adicción.

Onion P., Carolina del Norte

Es cuestión de vida o muerte

Seriedad con respecto al servicio

«¡Qué me importa nuestro propósito primordial! El servicio suele ser bastante aburrido, ¿para qué voy a hacerlo? Si no se trata de que yo me sienta bien, prefiero no tener nada que ver.»

Nadie iría a una reunión a decir algo así, ¿pero cuántas veces nuestro comportamiento proclama estas mismas actitudes? Bastantes, creo.

Cada vez que nos saltamos una reunión de comité porque tenemos algo «mejor» que hacer, cada vez que dejamos de hacer las llamadas telefónicas que prometimos, cada vez que nos «olvidamos» de que teníamos que ir a tal lugar a tal cosa, estamos defraudando a alguien... ¡y no a quien tu crees!

No hacemos servicio para los adictos que ya están limpios. Hacemos servicio para las madres que bañan a sus bebés en la misma bañera que usaron para cocinar un lote de cristales de metedrina. Hacemos servicio para la gente con el cuerpo lleno de llagas y los dientes podridos. Hacemos servicio para la adolescente que se ha contagiado el VIH por prostituirse por una dosis. Hacemos servicio para el padre que espera al traficante en un bar mientras su familia se preocupa de cómo estará cuando llegue a casa. Hacemos servicio para que un adicto pueda enterarse de la existencia de este programa *antes* de inyectarse hepatitis en las venas. Hacemos servicio para que el adicto no tenga que morir esta noche.

Yo, por lo menos, agradezco a Dios y a la Confraternidad de NA por esos adictos que se preocuparon lo suficiente para aparecer y hacer el trabajo necesario para que me llegara el mensaje. Estoy agradecido de que hubiera adictos en recuperación que me querían y se interesaban por mí incluso antes de que supieran de mi existencia. Que Dios se apiade de mi alma mezquina si alguna vez me olvido del regalo que me han hecho o no hago caso del adicto que sufre para ir a buscar mi propio placer egoísta.

Por el adicto solitario y moribundo, por favor, sigue viniendo, y devuelve sólo un poco de lo que tan desinteresadamente te han dado.

Joe C., Missouri

Se acuñó la frase «Dios desnudo» para describir esos lugares. Es divertido imaginar la reacción de alguien que, sin saber de qué iba la cuestión, hubiera entrado en una reunión del CLCSM en el momento en que un miembro del comité decía: «En la cuarta línea del tercer párrafo hay un Dios desnudo. Podríamos hacer algo, ¿no?».

Bromas aparte, la decisión se respetó. Con algunas excepciones, en *Funciona: cómo y por qué*, «Dios» suele ser «un Dios tal como se conciba». El comité también trató de usar «Poder Superior» y un «Poder superior a nosotros» lo más a menudo posible.

Algunas propuestas recibidas durante el proceso de creación del libro señalaban que los esfuerzos del comité seguían siendo insuficientes en determinados aspectos. Ningún material se ocupaba de la creencia en un poder superior sin considerarlo una deidad sobrenatural, y los diferentes términos que se usaban —un Dios tal como se conciba, Poder Superior, un Poder superior a nosotros— para describir el mismo concepto no contribuían a la inclusión de todo el mundo. El comité, en respuesta, incluyó más discusiones sobre poderes superiores no sobrenaturales tales como los principios espirituales del programa, el grupo de NA, etc.

En 1993, el mismo año en que la Confraternidad aprobó *Funciona*, en la Conferencia de Servicio Mundial se presentó una moción para cambiar el enunciado de los pasos y tradiciones que hacían referencia a «Dios» en masculino y sustituirlo por un vocabulario que garantizara el género neutro. Los participantes de la conferencia consideraron que las implicaciones de la moción eran mucho más profundas que una cuestión de vocabulario y decidieron remitirla junto con algunas explicaciones a la Confraternidad para ampliar la discusión.

La revista *NA Way* (por entonces una publicación mensual) se unió al esfuerzo de promover la discusión de la «Moción 39», el número que se le asignó en los procedimientos de la conferencia y por el que se hizo famosa, y se convirtió en un foro especial que consistía en tres o cuatro páginas en cada número para que los miembros expresaran sus puntos de vista sobre los términos que se

usaban en NA para describir a Dios.

Las discusiones fueron mucho más lejos que la propuesta original de la moción sobre el género de la palabra «Dios»; muchos miembros expresaron que había llegado el momento de eliminar por completo la palabra «Dios» del vocabulario de NA. Opiniones que, los que creían lo contrario, se ocuparon de contestar energicamente a través de la revista.

Aunque es cierto que la polémica causó mucho antagonismo y falta de respeto, tampoco se puede negar el efecto positivo de la discusión. Muchos miembros tuvieron la oportunidad de enterarse de concepciones de Dios que de otro modo nunca habrían sabido. Los miembros de habla inglesa tuvieron ocasión de aprender que en otros idiomas, no sólo la palabra «Dios» tenía género, sino todos los sustantivos y los adjetivos que los acompañaban. Que una palabra fuera «masculina» o «femenina» no tenía nada que ver con el sexismo; era sólo una cuestión de gramática. Todo el mundo tuvo la oportunidad de volverse más receptivo y más sensible a los puntos de vista ajenos.

En 1996, cuando la moción de cambiar los pasos y tradiciones volvió a la CSM para que se tomara la decisión final, se rechazó; pero la receptividad y sensibilidad quedaron. La nueva literatura, incluyendo la *Guía para trabajar los pasos* aprobada en la CSM 98, mantuvo categóricamente el compromiso del CLCSM de usar un vocabulario lo más amplio posible y hasta llegó a explayarse sobre el concepto de incluir a todo mundo en sí.

Durante todos los cambios y discusiones, hay algo que al menos no ha cambiado en absoluto: el deseo de los miembros de NA de llevar el mensaje de recuperación a tantos adictos como sea posible. Como dice la introducción del Texto Básico: «Todo lo que ocurra en el transcurso del servicio de NA debe estar motivado por el deseo de llevar mejor el mensaje de recuperación al adicto que todavía sufre.» ¡Quién puede objetarlo! ♦

Espiritualidad es vivir en la solución.

Joao V., Brasil

personajes duros o desagradables, gente egocéntrica o intrigante que no reconocería un principio espiritual aunque le cayera encima. Pero si la persona fuera encantadora no necesitaríamos practicar la tolerancia, ¿no? Resulta útil recordar que todos somos humanos y que la gente que necesita nuestra tolerancia seguramente está sufriendo mucho. Sentir compasión por su desdicha hace que nos resulte más fácil desapegarnos de nuestro derecho a ofendernos.

Madurez es conocer y aceptar las limitaciones. La gente inmadura espera demasiado y suele tener exigencias absurdas. Una persona madura no exige a una situación, a los demás (¡ni a sí mismo!) más de lo que es razonable esperar.

Hace falta **sentido práctico** para no planificar para una reunión de una mañana más de lo que se puede hacer.

La **humildad** es un principio espiritual especialmente importante en el servicio. Nuestros deseos individuales y nuestro ego no son tan importantes como lo que es bueno para NA en su conjunto y lo que favorece nuestro propósito primordial.

Aunque algunos servidores de confianza tengan una dosis de **sabiduría** y un **buen criterio** infrecuentes, no todos tenemos acceso a esos principios. La sabiduría descubre enseguida el meollo de la cuestión, y el buen criterio separa lo importante de lo trivial.

Integridad es tener al mismo tiempo entereza y un sentido del **honor** en cuanto al propio valor. **Sinceridad** es un corazón abierto y una legítima expresión de confianza. **Equilibrio** es el conocimiento intuitivo de que todas las partes son necesarias en su justa medida para formar un todo saludable. También es la buena voluntad de vivir en **armonía** con los demás. **Reciprocidad** es una respuesta equilibrada casi automática en el universo. Recibimos lo que damos; cosechamos lo que sembramos; nos llega lo que lanzamos; si le hacemos una jugarreta a alguien, alguien nos hará a nosotros la próxima. El adicto sabio no escatima, sino que corresponde recíprocamente con **amor, comprensión y cooperación**.

Hay algo liberador en el hecho de reconocer nuestra **impotencia**. En el servicio, como en la recuperación, sólo po-

demos hacer lo que podemos, pero juntos podemos lograr más de lo que creíamos posible. Si nos rendimos a la voluntad de un Dios bondadoso, nos volvemos fuertes. La fuerza que tratamos de conseguir por nuestra cuenta es fugaz y con el tiempo se atrofia; la fuerza que nos concede Dios para hacer su voluntad, nos pertenece por derecho y perdura.

Los servidores de confianza no pueden equivocarse si se limitan a **actuar según los principios**, con coherencia. Si lo que queremos hacer o decir no es auténtico, cariñoso y necesario, deberíamos cerrar la boca. La mejor forma de seguir los principios es **trabajar los pasos y tener en cuenta las tradiciones**. Se dice que los pasos evitan que cometamos un suicidio y las tradiciones homicidio. Los adictos con un programa sólido de recuperación hacen servicio correcto, constructiva, honesta y humildemente. No intentan nunca usar su puesto o su influencia para aprovecharse o machacar a otros miembros. Los adictos que pongan en práctica el deseo de **centrarse en Dios** y procuren tener un **contacto consciente** con Dios siempre tendrán en cuenta el hecho de que estamos trabajando para Dios. Considerarán el **servicio desinteresado** como una gran oportunidad, la cima misma de su recuperación.

Tales adictos se convierten en **servidores en los que podemos confiar**. Se comportan con valentía y cariño, con honor y compasión, y se las arreglan para mantener la **serenidad** pase lo que pase. Mediante el servicio descubren una nueva libertad. Mediante la rendición logran una gran victoria. Cuando se les agradece por el servicio leal, responden: «No, gracias a ti por darme la oportunidad de enriquecer mi vida a través del servicio».

Hay un dicho en NA que siempre me ha gustado: si no encuentras ningún ejemplo, conviértete tú en un ejemplo.

Si en tu área no hay ejemplo de servicio basado en los principios, tú puedes ser el primero. De entrada, no esperes apoyo ni aprecio. Aunque seas valiente sin ser exigente, directo sin ser ofensivo y honesto sin ser cruel, cierta gente no valorará tu buen ejemplo, especialmente los que, en comparación, salen peor parados.

Aunque de entrada te ganes algunos enemigos por actuar según los principios, recuerda que la voluntad de Dios te ayudará y muy pronto también lo harán otros adictos. Pero los auténticos principios —todos ellos— y el espíritu te apoyarán.

A menudo se describe el camino de la adicción como el más fácil, el más blando, pero no creo que sea cierto. Puede parecer más fácil y blando pero siempre lleva a un precipicio que cae en picado hacia la propia muerte. El camino más fácil y blando es tratar de conocer la voluntad de Dios y la fortaleza para cumplirla. Mientras sigamos este camino, no tendremos nada que temer. ♦

La espiritualidad no consiste en lograr y saber, sino más bien en descubrir y buscar... un poco como el Tercer Paso, que no se trata de lograr la perfección para poner nuestra voluntad al cuidado del Poder Superior, sino de estar dispuestos a hacerlo.

Laura J., Oregón



CALENDARIO

AUSTRALIA

New South Wales: 15-17 oct. 1999; Convención del Área Sydney Combined; comité, teléfono: +61/2/98821652

BÉLGICA

Lieja: 6-8 agosto 1999; Convención Gratuita de NA Bélgica; comité, teléfono: +32/4/3686678

BRASIL

Minas Gerais: 21-24 oct. 1999; 10ª Convención Regional de Brasil; Poços de Caldas; comité, teléfono: +55-21-532-158

CANADÁ

Columbia Británica: 9-11 jul. 1999; 20ª Convención Regional BC 20. Comité; teléfono: (604) 739-7934

2) 26-28 mayo 2000; 3ª Convención de Victoria; comité, teléfono: (250) 744-2050

Nueva Escocia: 22-25 julio 1999; 10ª Acampada y Asado Anual AVANA; comité, teléfono: (902) 847-1779

2) 6-8 agosto 1999; 1ª Convención del Área Central Nova; Nova Scotia Agricultural College, Truro; comité, teléfono: (902) 463-2605; o fax: (902) 463-3240

3) 5-7 nov. 1999; 8ª Convención Canadiense "La Adentura"; Lord Nelson hotel, Halifax; reservas hotel: (902) 423-6331 o (800) 565-2020; comité, teléfono: (902) 463-2605

Ontario: 30 dic. 1999 - 2 enero 2000; Convención de NA Fin de Siglo; Waterloo Motor Inn.; reservas hotel: (800) 361-4708; comité, escribir a: TCCNA, 170 University Ave. West, Suite 12, Box 267, Waterloo, Ontario, Canada N2L 3E9

Quebec: 3-5 sept. 1999; 7 Congres du CSLNENA; comité, teléfono: (418) 962-1531 o (418) 961-8588

2) 8-10 oct. 1999; Convención Regional de Quebec. Delta Hotel in Sherbrooke, reservas hotel mencionar "GPANON": (819) 822-1989; comité, teléfono: (514) 955-5023

DINAMARCA

Jutlandia del Norte: 1-3 oct. 1999; Convención del Área de Jutlandia del Norte; comité, teléfono: 45/96904574

ECUADOR

Guayaquil: 30 oct. - 2 nov. 1999; 4ª Conferencia y Convención Latinoamericana; comité, teléfono: +593/4/844057 o +593/4/888685

ESPAÑA

Barcelona (Sitges): 2-4 julio 1999; 16ª Convención y Conferencia Europea; comité, teléfono: +34/93 4425324

ESTADOS UNIDOS

Alaska: 15-17 oct. 1999; 15ª Convención Regional Anual de Alaska; Westin Alyeska Prince Hotel; reservas hotel: (800) 880-3880; comité, teléfono: (907) 337-6773

Arkansas: 2-4 julio 1999; 11ª Convención del Área Central Arkansas; comité, teléfono: (501) 835-3571

California: 30 julio 1999; Baile y Fiesta de Cumpleaños del Área Lower Desert; comité, teléfono: (760) 323-0169

2) 27 agosto 1999; Baile y Fiesta de Cumpleaños del Área Lower Desert; comité, teléfono: (760) 323-0169

3) 3-5 sept. 1999; Convención del Área Greater Los Angeles; Westin Bonaventure hotel and suites, Los Angeles; sitio web: <http://members.aol.com/GLAACNAI>

4) 24 asept. 1999; Baile y Fiesta de Cumpleaños del Área Lower Desert; comité, teléfono: (760) 323-0169

5) 19-21 nov. 1999; Dñías del Aprendizaje de Servi del Oeste; Burbank Hilton; reservas hotel: (800) HILTONS o (818) 843-6000; comité, teléfono (626) 791-4235 o (213) 757-9100

6) 9-11 junio, 2000, Convención Regional California Mid-State, Modesto; comité, teléfono: (209) 578-4417

Carolina del Norte: 1-5 julio 1999; Convención Regional de Carolina; comité: (336) 273-4204

2) 30 julio - 1 agosto 1999; 6ª Convención Anual del Área New Hope; Durham Marriott; reservas hotel: (800) 229-9290; comité, escribir a: NHACNA, P.O. Box 25043, Durham, NC 27702

Carolina del Sur: 20-22 agosto 1999; Convención del Área Central Carolina; Adams Mark Hotel. Columbia; reservas hotel: (800) 444-2326; comité, teléfono: (803) 782-8657

Colorado: 2-4 julio 1999; 14ª Convención de Unidad de los Estados del Oeste; website: www.wsuc.org

Connecticut: 24-26 sept. 1999; 11º Fin de Semana Espiritual Área United Shoreline; sitio web: www.ctna.org

2) 7-9 enero 2000; 15ª Convención Regional de Connecticut; website: www.ctna.org

Dakota del Sur: 17-19 sept. 1999; 2ª Convención Regional del Dakota del Sur; Elk Creek Resort, Piedmont; reservas hotel: (800) 846-2267; comité, teléfono: (605) 334-6872

Florida: 13-15 agosto 1999; Convención Dade Coutny Tri-Area "Unity Weekend"; Radisson Aventura Beach Marco Polo; reservas hotel: (305) 932-2233 ext. 1274; comité, teléfono: (305) 633-1579 o (305) 443-1629

2) 17-19 sept. 1999; 7ª Convención Regional de Florida del Sur; comité, teléfono: (305) 296-9718 o (305) 294-3325

3) 22-24 oct. 1999; 1ª Convención del Área de Mid-Coast; información: (561) 272-5999

4) 29-31 oct. 1999; 5ª Convención del Área Uncoast; Adams Mark Hotel, 100 North Atlantic Ave. Daytona Beach, reservas, teléfono: (904) 254-8200; comité, teléfono: (352) 381-2903 o (352) 332-8281

5) 12-14 nov. 1999; 3º Rainbow Weekend of Recovery, South Florida; website: <http://www.rainbowweekend.org>

6) 18-21 nov. 1999; 18ª Serenidad al Sol, Sheraton West Palm Beach, reservas hotel: (800) 325-3535; comité, teléfono: (561) 630-6446 o (561) 640-0569

7) 18-20 feb. 2000; 18ª Convención Anual de Celebración de Unidad; Orlando; comité, teléfono: (407) 977-8623

8) 3-13 julio 2000; Crucero de NA a la 28ª CMNA; patrocinado por el Northside Stroll Group of Tulsa, Oklahoma; el crucero sale de Ft. Lauderdale; para mayor información, llamar al: (800) 688-8033

Georgia: 16-18 julio 1999; 17º Aniversario del Área Piedmont; comité email: rucks@mindspring.com

2) 22-25 julio 1999; 10ª Convención Midtown Atlanta; comité, teléfono: (404) 874-7610

Hawai: 4-7 nov. 1999; Convención Regional de Hawai; Maui; comité, teléfono: (808) 573-5835

Illinois: 1-4 julio 1999; 11ª Convención Regional Chicagoland; comité, teléfono: (773) 921-1644

2) 3-5 sept. 1999; Chicago-Metro Unity Convention; Oakbrook; comité, teléfono: (708) 423-6099

3) 12-14 nov. 1999; GIRCNA-3; Holiday Inn; reservas hotel, teléfono: 217/529-7171; comité, teléfono: (217) 522-9906

4) Febrero 2000, 4ª Convención del Área Joliet; fecha por determinar; comité, teléfono: (708) 848-2211

Iowa: 2-4 julio 1999; 16ª Convención Regional de Iowa; Ames, Comité, teléfono: (515) 232-5758

Maine: 17-19 sept. 1999; Convención del Área de Southern Maine; Alfred; comité, teléfono: (800) 974-0062

Maryland: 5-8 agosto 1999; 3ª Convención del Área de Baltimore: Omni Inner Harbor Hotel; reservas hotel: (410) 752-1100; comité, teléfono: (410) 483-4496

2) 5-7 Nov. 1999, 2ª Convención del Área Ocean Gateway; Sheraton Fontainebleau Hotel, Ocean City, reservas hotel: (800) 638-2100; comité, teléfono: (410) 208-0339

Massachusetts: 23-25 julio 1999; 7ª Convención del Área Western Massachusetts; comité, teléfono: (413) 783-3307

Michigan: 1-4 julio 1999; 15ª Convención Regional de Michigan; comité: (248) 545-2179

2) 12-14 Nov. 1999; 8ª Convención del Área Kalamazoo; Clarion Hotel, Kalamazoo; reservas hotel: (800) 750-3697; comité, teléfono: (616) 385-2822

Montana: 20-22 Agosto 1999; North West Montana Area Bitterroot Campout; comité, teléfono: (406) 752-6692

Nebraska: 8-10 Oct. 1999; 16ª Convención Regional Nebraska; New World Inn, Columbus; reservas hotel: (800) 433-1492; comité, teléfono: (402) 564-9322

Nevada: 16-18 julio 1999; 8ª Convención del Área California-Arizona-Nevada; comité, teléfono: (520) 763-9621

2) 1-3 Oct. 1999; 7ª Convención Regional Sierra Sage; Reno; comité, teléfono: (775) 746-9357

Nueva Jersey: 2-4 julio 1999; Convención "Monkey Ain;t No Joke; comité, teléfono: (973) 636-0513

2) 5-7 Nov. 1999; 5ª Convención NENIAC "Con espíritu de unidad"; comité, teléfono: (732) 236-0204

Nueva York: 3 julio 1999; "Cruceros de Recuperación II"; teléfono comité: (718) 329-4718

2) 3-6 sept. 1999; Buffalo Area "13ª Recuperación en el Bosque"; comité, teléfono: (716) 876-0288

3) 15-17 oct. 1999; 4ª Convención Regional de Nueva York Oeste; Fallside Resort, Niagara Falls; reservas hotel, teléfono: (800) 519-9911; comité, teléfono: (716) 863-9813

4) 19-21 Nov. 1999; 1ª Convención Regional de Nueva York Este; comité, teléfono: (718) 527-5473

Ohio: 11 julio 1999; Picnic de Julio del del Área Trumbull; comité: (330) 399-3030

2) 13-15 agosto 1999; Retiro Anual de Doce Pasos del Área de Trumbull; comité, teléfono: (330) 399-3030

3) 7-9 enero 2000; Convención del Área Central Ohio; Radisson North, Columbus; reservas hotel: (614) 846-0300; comité, teléfono: (614) 338-1713

Oregon: 6-8 agosto 1999; 7º Campamento Anual Newport NA; comité, teléfono: (541) 336-1834

2) 24-25 sept. 1999; Días de Aprendizaje de Hel/IP de la Región Pacific Cascade; comité, email: sroby@jchw.com

Pennsylvania: 14 agosto 1999; 6th Pocono Pigs on the Mountain comité, teléfono: (570) 992-3317

2) 19-21 nov. 1999; Convención Regional Tri-State "Empezar a vivir XVII"; comité, teléfono: (412) 771-0240

4) 26-28 nov 1999; 10º Aniversario de la Región Greater Philadelphia ; comité, teléfono: (570) 287-0728 o e-mail, JFT53193@aol.com

Puerto Rico: 13-15 agosto 1999; 10ª Convención Regional Anual de Puerto Rico; Hotel Hyatt, Dorado; reservas hotel (español): (800) 242-9333 o (inglés) (800) 233-1234; comité, teléfono: (787) 755-8156 o (787) 723-9699

Tennessee: 24-28 Nov. 1999; 17ª Convención Regional Volunteer; Sheraton Music Center Hotel, Nashville; comité, teléfono: (615) 742-1811

Texas: 27-29 agosto 1999; Convención del Área Fort Worth; Arlington Hilton; reservas hotel: (800) 445-8667 o (817) 640-3322; comité, teléfono: (817) 625-1358

2) 24-26 sept. 1999; 6º Aniversario del Grupo de NA Milagros y Soluciones; Austin Chariot Resort Inn; reservas hotel; teléfono: 1-800-432-9202 (mencionar # 45345); grupo; teléfono: (512) 322-9234

3) 25-27 Feb. 2000; 16ª Convención del Área Texarkana; Four Points Sheraton, Texarkana; reservas hotel: (903) 792-3222; comité, teléfono: (903) 792-4187 o (870) 773-4604

Utah: 23-25 julio 1999; 16ª Campamento y Convención Regional de Utah; comité, teléfono: (801) 372-1815

Vermont: 29-31 Oct. 1999; 10ª Convención del Área Champlain Valley; Ramada Inn, South Burlington; reservas hotel: (802) 658-0250; comité, teléfono: (802) 862-4516

Virginia: 6-8 agosto 1999; 13ª Convención del Área Almost Heaven; comité, teléfono: (304) 264-2783

Washington: 9-11 julio 1999; South West Washington Area's Freedom Retreat XVII; comité, teléfono: (360) 696-5875

2) 15-17 Oct. 1999; 22ª Convención Pacific Northwest; Sheraton Tacoma; reservas hotel: (253) 572-3200; comité, teléfono: (206) 382-0534

3) 5-6 Nov. 1999; Días de Aprendizaje de Hel del Área de North Puget Sound; comité, teléfono: (360) 293-9531

Wisconsin: 22-24 Oct. 1999; 16ª Convención del Estado de Wisconsin, Yacht Club Resort, LaCrosse, reservas hotel: (608) 784-9500. comité, teléfono: (608) 785-3255

Wyoming: 24-26 Sept. 1999; 8ª Convención Anual de Unidad; comité, teléfono: (3307) 382-8308

IRLANDA

Cork: 16-18 Julio 1999; 3ª Convención del Área Sur; comité, teléfono: (+353) 021 278411, de 20 a 22 GMT, de lunes a viernes

MÉXICO

Baja California: 8-10 Oct. 1999; 7ª Convención de Baja California; Grand Hotel, Tijuana; reservas de hotel desde USA: (800) 472-6385; desde México: 91/800/0266007; comité, teléfono: desde USA (619) 277-6438; desde México: 66/802370

PERÚ

Lima: 28-29 Julio 1999; 7ª Conferencia Regional de Servicio; comité, teléfono: +51/1/9957841 o + 51/1/4283820;

2) 14 nov. 1999; 14º Aniversario Reunion-Lima; Callao; comité, teléfono: +51/1/9957841 o + 51/1/4283820.

REINO UNIDO

Birmingham, Inglaterra: 13-15 agosto 1999; 12ª UK Regional Convention; Stakies Metropole Hotel, reservas hotel: +44/121/7804242 lunea a viernes

de 8:30-17:30 GMT; comité, teléfono: +44/171/2154007 o +44/121/6860523

Glasgow, Escocia: 9-11 julio 1999; 1ª Convención del Área de Glasgow; comité, teléfono: +44/7071/248710

SUIZA

Vaud: 28-30 Julio 2000; 17ª Convención y Conferencia Europea; Lausanne; comité, teléfono: +41/22/7000335

Temas de las próximas revistas y plazos

NA Way de octubre de 1999

Fecha límite (presentación de manuscritos en la OSM)
viernes 2 de julio de 1999

Tema: Una atmósfera de recuperación

- ¿Cómo se fomenta y mantiene una atmósfera de recuperación en tus reuniones de NA?
- ¿Está relacionada la Quinta Tradición de NA con una atmósfera de recuperación?
- ¿Hay una atmósfera de recuperación en tus reuniones de servicio? ¿Qué técnicas específicas empleas para fomentar una atmósfera de recuperación?
- ¿De quién es la responsabilidad de crear una atmósfera de recuperación? ¿De los servidores de confianza? ¿De todos?
- ¿Cómo trata tu comunidad las cosas que ponen en peligro la atmósfera de recuperación de NA? (violencia o alteraciones en las reuniones u otros eventos; polémicas sobre medicación; claridad del mensaje de NA; prejuicios de cualquier tipo; o cualquier otra cosa)
- ¿Dónde se han ido todos los veteranos? ¿Falta algo en la atmósfera de recuperación de NA?
- ¿Cuál es la mejor forma para conservar el programa de NA en el futuro: adherirse estrictamente al lenguaje exacto del Texto Básico o hacer modificaciones que reflejen las condiciones actuales de la sociedad?

NA Way de enero del 2000

Fecha límite (presentación de manuscritos en la OSM)
viernes 1º de octubre del 2000

Tema: Servicio desinteresado

- Compartirlo para conservarlo. ¿Qué es lo que compartimos y que es lo que conservamos?
- ¿Sólo porque se supone que hacemos servicio desinteresadamente tenemos que aguantar las críticas constantes de aquellos a quienes servimos? ¿Cómo trata NA a sus servidores de confianza?
- Experiencia personal con el ego, el control y la manipulación, ¿cómo has crecido en recuperación en el terreno de hacer servicio? ¿Cómo ha mejorado tu recuperación por el hecho de hacer servicio?
- Tengo mucho más tiempo limpio que los demás en mi área y en el CSA me (a) ignoran y reinventan continuamente la rueda, (b) me adoran y dejan que tome yo todas las decisiones. ¿Cómo hago para seguir participando del servicio sin volverme loco?
- Nuestras reuniones no tienen RSG, falta gente para los paneles de Hel y los puestos de la línea telefónica están vacantes. ¿Cómo hacemos para que participe la gente?
- ¿Quién cuida el dinero de NA? ¿Cómo hace tu grupo o comité de servicio para proteger los fondos de la Séptima Tradición?
- Elegir la gente adecuada para los puestos de servicio adecuados. ¿Qué deberían tener en cuenta los miembros y cómo habría que encararlo?



Comunicación telefónica para el Día de Unidad Mundial

Los invitamos a unirse «en directo» a la celebración de Narcóticos Anónimos del Día de Unidad Mundial, el sábado 25 de septiembre de 1999 en Hollywood, Florida, EE UU. El acto comenzará a las 23:30 GTM, hora media de Greenwich (19:30 EDT; 18:30 CST; 17:30 MST; 16:30 PST; 20:30 Buenos Aires; 19:30 Carácas; 18:30 Bogotá/Lima/ México; 01:30 Madrid, del 26/9/99). Media hora más tarde (00:00 GTM) recitaremos todos juntos la Oración de la Serenidad.

Los miembros, los grupos, las áreas y las regiones de NA, así como las instituciones pueden participar durante dos horas del Día de Unidad Mundial con una comunicación telefónica para escuchar al orador principal. Para unirse a esta celebración, rellenen el formulario de abajo y envíenlo al World Unity Day a la dirección de la Oficina de Servicio Mundial. El precio es de US\$50,00 para llamadas dentro de los EE UU. Las inscripciones DEBEN RECIBIRSE antes del 1º de septiembre de 1999.

Tras la recepción del formulario, les mandaremos una confirmación escrita. En la carta también incluiremos detalles del programa, explicaremos cómo efectuar la llamada y les explicaremos qué hacer en caso de problemas durante la comunicación.

Si tienen alguna pregunta, llámenos al teléfono de ayuda del Día de Unidad Mundial +1 (818) 773-9999 extensión 202. Los esperamos para esta celebración de recuperación.

Formulario de comunicación telefónica

Se incluyen US\$ 50,00 en: (marcar con una cruz lo que corresponda)

Efectivo Cheque USA VISA MasterCard AMEX Discover Card Diners Club

Tarjeta de crédito No. _____ Fecha de vencimiento _____

Firma _____

La comunicación telefónica es para un Individuo Grupo Área Región Institución

Tu nombre _____

Nombre del grupo/comité/institución _____

Dirección _____

Ciudad _____ Estado/Provincia _____

País _____ Código postal _____

Tu número de teléfono () _____

Rellena el formulario y envíalo a:

World Unity Day
c/o WSO

PO BOX 9999, Van Nuys, CA 91409, USA

o por fax a: +1 (818) 700-0700

