



JULIO DE 2014

VOLUMEN TREINTA Y UNO ♦ NÚMERO TRES



- CSM 2014
- Un regalo de despedida
- Proyecto de libro sobre las tradiciones
- [Haz clic aquí para descargar el póster de portada](#)



REVISTA INTERNACIONAL
DE
NARCÓTICOS ANÓNIMOS

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

World Service Office

PO Box 9999
Van Nuys, CA 91409 USA
Teléfono: (818) 773-9999
Fax: (818) 700-0700
Sitio Web: www.na.org

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

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

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

Editorial

Hoy he intercambiado emails con los miembros de mi grupo base sobre cambios en el formato de la reunión. Es una reunión de estudio de *Vivir limpios* y el moderador invita a los miembros a leer un párrafo empezando por izquierda. Alguien en el grupo sugirió borrar la parte que dice «su izquierda» y señaló: «¿Qué importancia tiene por dónde se empieza?». A algunos ni se nos ocurrió cambiarlo, mientras que otros a lo mejor pensaron: «¿Para qué lo vamos a cambiar? Funciona bien tal como está». Los miembros fundadores del grupo probablemente sepan exactamente por qué se puso determinada frase en las pautas. Puede que haya sido una frase al azar que agregó el que mecanografió el texto original; o quizá se basaba en la forma en que estaba dispuesta la sala; o tal vez formaba parte de un plan oculto de los miembros zurdos que querían controlar la reunión.

¿Vivirían o morirían los adictos en función de esa decisión? Probablemente no, pero todo esto me hizo pensar en el enfoque en el servicio de este número del NA Way. Esta pequeña conversación contribuye a la unidad y fortaleza de nuestro grupo habitual, donde cumplimos con el propósito primordial de NA. Es un ejemplo de los principios

EN ESTE NÚMERO

Artículo de fondo	3	32ª Conferencia de Servicio Mundial	10
• Una taza de té para ti, mamá		• Planificar nuestro futuro	
36ª CMNA	4	• Proyectos 2014–2016	
Concurso de leyendas	4	• Toma de decisiones	
Compartir	5	• Resultado de las elecciones	
• Fe		Desarrollo de la confraternidad	12
• Solo sigue viniendo		Día de la Unidad Mundial 2014	13
• Tres principios		Por qué hago servicio	14
• Un regalo de despedida		Imagínatelo	17
Proyecto de libro sobre las tradiciones	9	Calendario	18
		Productos nuevos de los SMNA	19
		De próxima aparición	20

Haz clic aquí para ver más en detalle el árbol de ideas de la CSM 2014

Foto de la portada: El árbol de ideas está dibujado por los asistentes a muchos eventos de los SMNA, es un lugar para compartir omentarios e ideas. Del árbol de ideas de la CSM 2014 han brotado más de 60 «hojas» sobre temas como comunicación, toma de decisiones, capacitación y más.

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.

espirituales de NA en acción. Cada miembro es escuchado y forma parte del proceso. Invitamos a un poder superior a nuestra conversación, trabajamos juntos y unidos y respetamos todas las ideas y sugerencias. Encaramos incluso este tema sencillo con receptividad y con el corazón. Estamos dispuestos a respetar y aprender de los servidores de confianza que ya estaban antes que nosotros y, al mismo tiempo, damos la bienvenida a los miembros más nuevos y a otras ideas. Algunos dejarán de lado su opinión para aceptar la conciencia del grupo. Sí, es un tema sin gran relevancia, pero lo que conseguimos cuando servimos guiados por los principios espirituales es incommensurable.

De J., Editora

Una taza de té para ti, mamá

Buenos días desde Australia; me llamo John y soy adicto. Hoy he recibido un regalo de un amigo de los EEUU: unos CD de recuperación. En ellos se explicaban y confirmaban algunas cosas de las que soy consciente desde hace tiempo, pero que he vuelto a tener presentes. Con 24 años limpio, ya conozco un par de cosas. Una de ellas es que con los años la negación puede volverse más sutil.

Tengo el hígado en mal estado... sí, cirrosis (consecuencias) y la temible hepatitis C, y ahora además diabetes tipo 2. Con todo esto no me siento bien. Ayer fui a ver al especialista y me dio más noticias inquietantes. Mis amigos aquí en Adelaide, en el sur de Australia, me preguntan cómo estoy. «Soy impotente ante esta situación. Lo único que puedo hacer es cuidar mi dieta, mantenerme en el aquí y el ahora, etc.», les respondo. Pero lo cierto es que me estoy desconectando de la confusión, la frustración e incluso la ira que me produce no sentirme bien. Como si pensara, no he hecho el trabajo de estar limpio para esto, ¿no?

Consumir causa sufrimiento, así que si estás contemplando esa posibilidad, trata de pensar por favor en la consecuencias.

Ahora estoy en un momento de mi vida en que procuro practicar a través del servicio diferentes maneras de ayudar a todos los que puedo. Gracias a mi experiencia de servicio en NA, he descubierto muchas formas de ver lo maravilloso que es ayudar a otros. Una de mis primeras experiencias tuvo lugar con la muerte de mi padre, cuando llevaba 17 meses limpio y estaba confundido y apenado por la pérdida. Había vuelto a la granja de mi familia y me di cuenta de que dormiría... ¡en la cama donde él había muerto! Llamé a mi padrino en Sydney y me dijo: «Hazle una taza de té a tu madre». Yo quería saber qué pasos trabajar, que oración rezar, pero él repitió: «Hazle una taza de té a tu madre». Cuando empecé a preparárselo, me pregunté con cuántas cucharadas de azúcar, si lo tomaba fuerte, suave, con leche. Extraños y pequeños cambios como aquel me ayudaron en mi recuperación. Empecé a pensar en mi madre en lugar de pensar en mí.

Así que ahora estoy a punto de ir a un orfanato de Camboya como voluntario. Sé que eso va a cambiar mi vida; y es lo que necesito ahora mismo. También voy a ir a la convención de NA de Bali y pediré los teléfonos de muchos amigos con los que empecé a estar limpio y ahora viven en el sudeste asiático. Después, regresaré a Escocia y Europa, por donde viajé durante cinco años entre mi octavo y mi décimotercer año limpio. Ah... la recuperación, ya no sueño con ella, sino que la vivo.

Estaba destinado a que me encontraran en algún contenedor de basura de los bajos fondos de Kings Cross, Sydney, días después de mi muerte, como muchos de mis conocidos. Y ahora siento que mi destino es ser útil. Si lo tengo presente, no puedo sentir más que gratitud por esta confraternidad mundial de NA, aunque esté un poco enfermito (ves, sigo desconectado). Ese servicio, entre otras cosas, me ha lleva-



do a abrir cinco reuniones, asistir a las reuniones de área, ir a cárceles y centros de desintoxicación, a reuniones lejanas, dar la bienvenida a los recién llegados y seguir yendo a la reuniones donde empecé a estar limpio. Tal vez necesite una confraternidad de doce pasos para dejar de hacer servicio (es broma).

Espero conocer mucha más gente en mis viajes y, con su permiso, subir las fotos de las reuniones de toda Asia a *Facelessbook* (el libro sin cara). Muchas gracias por permitirme tener esta nueva vida y las experiencias que he vivido, buenas y malas; de todo lo malo sale lo bueno.

John C-S., Adelaide, Australia

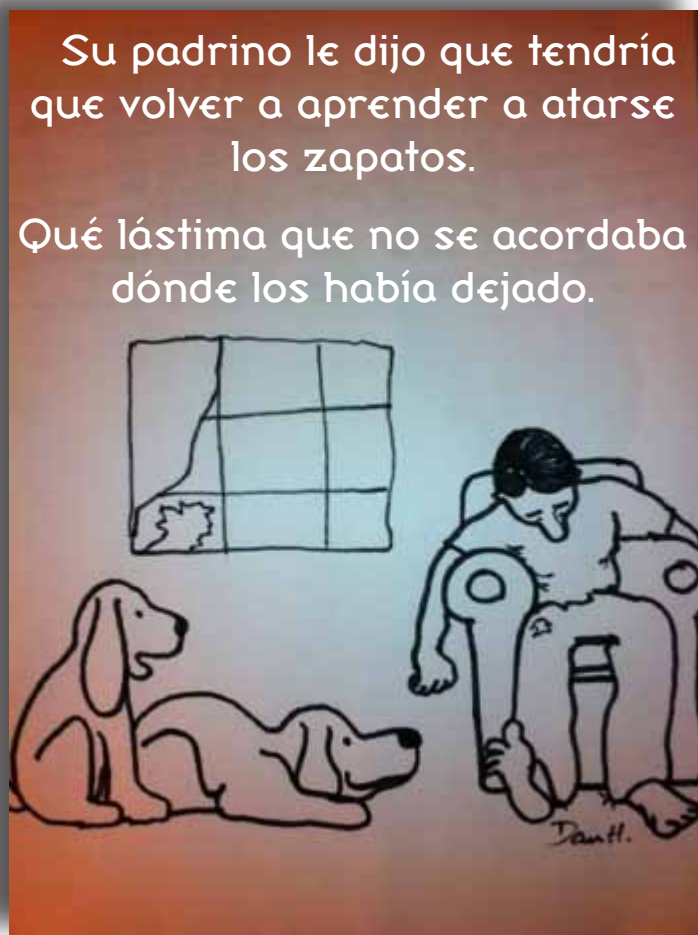
36ª CMNA

11-14 de junio de 2015, Río de Janeiro, Brasil

Brasil, en junio, será un lugar fabuloso para celebrar nuestra recuperación. Esperamos que estés planeando asistir. No hemos podido concluir los arreglos debido a que Río es sede de la Copa del Mundo, pero daremos información en cuanto podamos. Suscríbete a la novedades de la CMNA en www.na.org/subscribe y recibirás la información más actualizada. Esperamos ver a todos en Río en 2015.

Concurso de leyendas

Gracias a todos los que participaron en el concurso. El ganador es Jim L. (Florida, EEUU):



Y aquí tenemos otras leyendas notables:

Perro 1: Spinn, si pudiera dejar de consumir y fuera a NA, estaría despierto y disfrutaría de la vida.

Perro 2: Sí, Flo, estoy de acuerdo.

Ashwin L., Bangalore, India

¡Qué vida más dura!

Héctor B., California, EEUU

Parece que otra vez no hay paseo.

Wilson A., Terranova, Canadá

Mientras duermes con tu enfermedad, los perros de la adicción esperan pacientemente.

Jennifer L., Pensilvania, EEUU

En la fase de desesperación antes de llegar a NA

Keshav B., Iowa, EEUU

Dicen que si podemos cuidar una planta durante seis meses y un animal durante un año, entonces podemos tener una relación con un ser humano. ¡Entonces parece que todavía no está listo!

Lucie P., Quebec, Canadá

Haz clic aquí para ver la imagen del próximo concurso.

Fe

En esta época del año pasado hacía dos semanas que estaba de regreso en mi apartamento, después de haberlo alquilado por un año y de instalarme en casa de mi madre. Acabábamos de celebrar el Día de la Madre en el Reino Unido, así que no voy a estremecerme, llevarme la mano a la frente, poner los ojos en blanco, sacudir la cabeza y poner esa cara de desconcierto que suelo poner cuando me acuerdo de ese año que pasé con mi madre. Eso no es lo importante de este artículo.

Lo importante es que ya había estado en ese espacio. No me refiero literalmente al espacio físico, como mi apartamento, sino a ese espacio espiritual. El año pasado (no puedo evitar temblar), dos meses antes de volver a mudarme a mi apartamento, estaba hundida. Me habían operado y mi queridísima madre dijo que podía quedarme con ella dos semanas para recuperarme. No se me ocurrió nada mejor que pensar: «Ya sé lo que voy a hacer: alquilo el apartamento, me mudo aquí, ahorro un poco de guita y estoy bien cuidadita en casa de mami... ¡Perfecto!». Me di cuenta de que mi madre no estaba tan entusiasmada como yo, pero... en fin. Siempre sé lo que hay que hacer... ¿no? Así que una milésima de segundo después de firmar un contrato de alquiler por un año y mudar todas mis cosas, tuve una vaga sombra de duda, pero mi cabeza me dijo: «¡Vamos, piensa en el dinero y en que te hagan comida casera!». Cinco meses después, estábamos como el perro y el gato. Y diez meses más tarde, estaba a punto de estallar la tercera guerra mundial. Necesitaba volver a mi apartamento... y rápido.

Un año antes de esto, la relación con mi Poder Superior había tocado fondo. Para ser sincera, me avergüenza decir que el único momento en que me comunicaba con el PS era cuando estaba enojada por esto o por aquello o porque no estaba pasando en mi vida lo que creía que debía pasar. Estaba muy sola, no solo en términos amorosos, sino sola en general. Llevaba por entonces unos siete años limpia y me preguntaba de qué se trataba todo esto, me decía que era mejor dejar de ir a las reuniones y, cuando iba, me fijaba en las diferencias y no en las semejanzas. Mi concepto del Poder Superior había cambiado. Cuando llegué, eran las reuniones, los pasos y la fuerza del grupo, pero ahora necesitaba algo que viniera a casa conmigo y existiera dentro de esas cuatro paredes. Supongo que siempre lo necesité; solo me hacía falta entrar en contacto con eso, cosa que no hacía. Después de darme cuenta de que estaba en apuros y de que alguien me sugiriera que leyera el Sexto Paso del Texto Básico (el paso en el que estaba entonces), volví a comprometerme con mi recuperación y a desarrollar una relación con mi Poder Superior... el contacto consciente y todo eso. Tras unos sencillos pasos y un orador impresionante en la convención de NA de Londres, volví a encontrarme en medio de la recuperación y en un momento asombroso, además, claro, de estremecerme, llevarme la mano a la frente, poner los ojos en blanco, sacudir la cabeza y poner esa cara de desconcierto... todo eso que experimentaba en casa de mi queridísima madre.

Así que en vísperas de la tercera guerra mundial, me fui a la oficina de la agente inmobiliaria que estaba tan entusiasmada al principio, cuando fui a alquilar el apartamento, pero que ahora parecía no tener muchas ganas de desalojar a la inquilina y que encima se las arreglaba muy bien para infundirme el miedo a Dios sabe qué cuando me decía que si la inquilina no quería irse no había nada que hacer. ¿Nada, pero nada de nada? ¿Como la nada de la impotencia? Tal cual. Nada de nada, dijo. Estuve despierta hasta las cinco de la mañana preguntándome ¿y si pasa tal cosa? ¿y si pasa tal otra? y echándole la culpa a mi madre por decirme, para empezar, que debía quedarme en su casa dos semanas y por hacer carne asada para comer con torta de chocolate de postre.

Lo único que podía hacer era pedir a mi Poder Superior que me ayudara. Al día siguiente fui a un lugar donde, entre otras cosas, tocaban buena música y decían

¡Es un montón y no sé de dónde sacarlas!

oraciones para la gente. No dije ni una palabra, no le pedí a nadie que rezara y pidiera por mí, pero había una mujer en el escenario delante de 1.000 personas que leía en voz alta las plegarias que mandaba la gente. La primera que leyó fue por alguien que rezaba por una solución a un problema de alojamiento. ¿Acaso eso que sentía era que se me ponían los pelos de punta? ¿Una coincidencia? Prefiero pensar que mi Poder Superior estaba atendiendo mis plegarias de la noche anterior. Tal como dice el Segundo Paso del Texto Básico: «A medida que vemos las coincidencias y los milagros que suceden en nuestra vida, la aceptación se convierte en confianza. Comenzamos a sentirnos a gusto con nuestro Poder Superior como fuente de fortaleza. Conforme vamos aprendiendo a confiar en este Poder, empezamos a superar nuestro miedo a vivir». Después de esa pequeña coincidencia, no paré de decirme a mí misma: «Dios lo ha escuchado. Sí, pero . . . ¡Dios lo ha escuchado!». Me lo repetí mentalmente una y otra vez. Sabía que pasara lo que pasase, no podía darme el lujo de actuar por miedo si no quería desencadenar el miedo en mi inquilina. (La chica tenía dos niños pequeños a su cargo y necesitaba una casa tanto como yo.) Le pedí que se mudara un mes antes, si podía, me senté a esperar con mi ansiedad y, sobre todo, recé hasta cansarme confiando en Dios. Para resumir, la chica encontró casa dos meses antes y se mudó. Es cosa de Dios.

Así que lo que me ha llevado a aquello de que «ya he estado en este espacio espiritual» es que, bueno, he decidido volver a estudiar. Quiero cambiar de profesión y he elegido una carrera para mí que implica escribir, que me encanta y me entusiasma. Y me hicieron una entrevista y un examen para «el» curso, unos estudios que me permitirían entrar en el sector en el que me gustaría trabajar y... aprobé. ¡He ingresado! ¡Yupiiii! Pero el curso cuesta 4.000 libras, empieza el próximo septiembre y tengo que hacer un depósito de 1.000 libras dentro de un mes. Sé que no las tengo, no sé cómo las voy a conseguir y no sé lo que sé ni lo que no sé. ¡Es un montón y no sé de dónde sacarlas!

Pero lo que sí sé es que ya he pasado antes por esto. Sé que Dios lo logra y

que yo solo necesito hacer el trabajo básico y confiar en que, si es para mí, será para mí, y que si no... me voy a llevar una desilusión. Pero como suele decirse: el rechazo también es la protección de Dios, ¿no? Seguiré haciendo el trabajo básico hasta que lo sepa. Y mientras tanto, es cosa de Dios.

Fe. La definición del diccionario dice algo así como confianza o creencia en algo o alguien sin necesidad de que esté demostrado por una prueba.

Yo tengo una prueba. Haber vuelto a mi casa con tranquilidad y sin problemas es una prueba. Mi Poder Superior y yo atravesamos juntos el problema. Y si una creencia que no se basa en una prueba es fe, entonces tengo confianza porque tengo la prueba... y ahora mismo estoy viendo que la pantalla asiente, como si tú pudieras verla, cosa que no puedes, pero supongo que sabes a qué me refiero.

Ann-Marie A., Londres, Reino Unido

Solo sigue viniendo

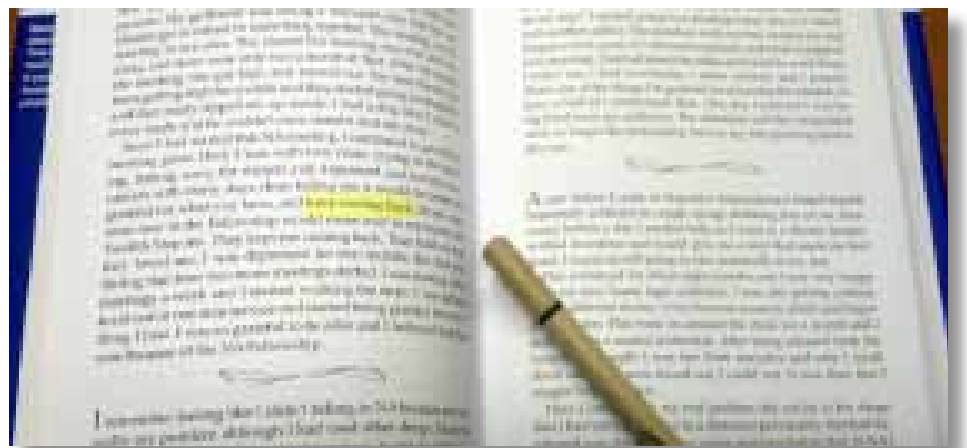
Es una sugerencia que siempre me resulta frustrante por su vaguedad. Solo sigue viniendo..., ¿y qué? Pero ahora me doy cuenta de la belleza que encierra: isigue viniendo y nada más!

Cuando lo hago, uno de los beneficios es la oportunidad de hacer la siguiente cosa positiva por mí misma y mi recuperación: ir a una reunión, llamar a mi madrina, leer un poco de literatura, recitar una oración, ir a dar un paseo. Y si por el momento no voy a ninguna parte, también podría hacer algo que me ayude a calmar el dolor, aclarar la confusión o simplemente evitar que me drogue. Me encanta ese momento en que miro atrás y veo que no me he drogado y he hecho lo que correspondía. Hago lo que me toca y me siento mejor. Funciona de verdad si lo trabajas.

Y también hay beneficios a largo plazo cuando sigo viniendo: los millones de momentos en los que no me he drogado sumados a los años de experiencia

y crecimiento. Pensaba que nunca superaría la culpa que sentía al principio de mi recuperación o la tristeza por la muerte de mi madre. Pensaba que mis dolorosos defectos de carácter estarían conmigo para siempre. Cambiar de empleo, perder un amigo o cometer un error en el trabajo me hacían caer en picado. Muchas cosas que entonces parecían insuperables se convirtieron en la base de lo que soy hoy. He aprendido a vivir el momento, a confiar en el proceso y a dejar que suceda el milagro

Y en eso consiste la auténtica belleza de esto. Si solo sigo viniendo, voy a convertirme en la persona que estoy destinada a ser. No quiero espantar a nadie, pero he pasado años de confusión y descontento en recuperación. Había leído el Cuarto Paso y pensaba que decía que me iban a quitar de encima todas esas cosas, así que me frustraba mucho que no fuera así. Pensaba que había algo en mí que no andaba bien. Bueno, volví a leerlo y dice que vamos a ordenar todo eso, pero no de la noche a la mañana. Los pasos y las herramientas de Narcóticos Anónimos son las llaves



de mi crecimiento y cambio, pero no son una reparación rápida de urgencia. Tengo que seguir viniendo, practicar la paciencia, la confianza y la aceptación, permitir que el proceso se lleve a cabo. Estoy muy contenta de haberlo hecho (a pesar de acabar a veces con los puños apretados) porque, en general, ya no estoy confundida ni descontenta, aunque me haya llevado años ordenarlo.

Así que la perspectiva del tiempo es otro beneficio de «solo seguir viniendo». Las montañas se convierten en granos de arena. Las cosas que pensábamos que nunca cambiarían, ya fueran situaciones externas o rasgos de personalidad, cambian. Llegamos como niños (independientemente de la edad que tengamos) y nos convertimos en adultos maduros. No todo se arregla con trabajo y determinación; para algunas cosas solo hace falta tiempo. Así que cuando escucho compartir a alguien en una reunión: «¿Por qué todavía soy así? ¿Por qué me sigo sintiendo tan mal conmigo mismo? ¿Por qué todavía no me llevo bien con mi madre?», le digo que solo siga viniendo. El cambio es lento, gradual y a menudo doloroso, pero también continuo, gratificante e impresionante.

Durante todos mis altibajos, solo he seguido viniendo. Estoy tan orgullosa de haber aguantado, tan asombrada de los resultados y soy tan afortunada de formar parte de Narcóticos Anónimos, ¡que espero que tú también sigas viniendo!

Nancy S., Nueva York, EEUU

Tres principios

Cuando tomé la decisión de pedir ayuda con respecto a mi adicción y cambiar de vida, también decidí identificar las cosas que no me funcionaban. A fin de cuentas, mis mejores ideas me llevaron a este programa, como suele decirse. Si hacía lo que había hecho siempre, seguiría teniendo lo que siempre había tenido. Busqué ayuda desesperadamente para identificar los comportamientos y pensamientos que me impedían vivir y se habían convertido en defectos de carácter. Al principio de mi recuperación me dijeron que cuando señalaba a alguien con el dedo, había tres dedos

que me señalaban a mí. Centrarme en mí era —y es— la única manera de crecer en recuperación.

Para mí, la parte más importante de la recuperación es la honestidad, la receptividad y la buena voluntad. Honestidad no solo significa decir la verdad, sino ocuparme de los comportamientos y pensamientos que producen deshonestidad interna. La honestidad me resultó

Descubrí la simplicidad a fuerza de leer y prestar atención repetidamente ...

lo más difícil ya que era una mentirosa compulsiva y me mentía a mí misma más que a nadie. El primer indicio de honestidad fue descubrir que era deshonesto con cosas estúpidas. La honestidad me fue llegando en etapas; al principio eran pasos muy pequeños. A medida que fueron aumentando mis deseos de recuperación, aprendí que la honestidad consiste en afrontar lo que no me gusta y enfrentarme a la vida. Cuando empecé mi recuperación, la idea de vivir la vida tal cual es me resultaba desconocida, pero evitar la vida no es una opción. Aunque todavía tengo dificultades con la honestidad total, voy aprendiendo lo importante que es ser honesta conmigo misma para mi recuperación y mi crecimiento. Aunque tal vez no sea todo lo honesta que me gustaría ser con los demás, hago todo lo posible por serlo conmigo.

La receptividad, para mí, significa escuchar aunque no quiera. Por lo general me río cuando oigo a alguien compartir: «En todas las reuniones a las que voy, escucho siempre lo mismo». Creo que el motivo de que me pase esto es que no soy lo bastante receptiva para ver que el mensaje se aplica a mí. He intentado hacer el ejercicio de buscar algo informativo en todo lo que se comparte en una reunión. La receptividad para mí es prestar atención; a veces son cosas que puedo aplicar a mi recuperación y otras consiste en enterarme de lo que no tengo que hacer cuando alguien vuelve a consumir. Hoy, mi mayor deseo es no consumir, pase lo que pase.

Mi mente no para. Me cuesta calmar el caos, pero cuando escucho a los demás, aunque capte apenas una parte de lo que dicen, tengo la oportunidad de cambiar lo que me pasa y aprender algo. Creo que parte del trabajo de los pasos es escuchar y aplicar lo que han hecho aquellos que han llegado antes que yo. Creo de verdad que mi viaje de recuperación es seguir las huellas de los

que han pasado, en lugar de crear otras nuevas. Vivir en Wisconsin de ha dado una visión de caminar en la nieve y me ha permitido saber que durante una tormenta es mucho más fácil seguir las huellas de alguien que tratar de abrirme paso sola. Pienso que por eso para mí significa tanto la experiencia de los otros, porque no necesito inventar ideas nuevas sino usar aquellas de los que me han precedido.

Para mí, la buena voluntad es el núcleo de la recuperación. Es la decisión que tomé de no consumir, pase lo que pase. Necesito buena voluntad para escuchar, para cambiar, para buscar una manera mejor de vivir, para recuperarme. La buena voluntad me llegó con mucha facilidad porque años antes de empezar la recuperación estaba dispuesta a cambiar, pero no tenía la menor idea de cómo hacerlo. Estoy dispuesta a hacer lo que haga falta para recuperarme. Para mí, eso ha significado ser honesta aunque duela. Descubrí la buena voluntad cuando abrí mi corazón a una alternativa al caos que reinaba en mi cabeza. Cuando combino la buena voluntad con la receptividad, tengo la oportunidad de oír y ver lo que han hecho otras personas en recuperación. Tengo la oportunidad de aceptar un modo de vida diferente que le ha funcionado a otros. La buena voluntad y la receptividad juntas me ayudan a entender la ingobernabilidad, la falta de sano juicio y la fe.

El éxito en recuperación llega cuando tengo buena voluntad combinada con receptividad y después le añado honestidad. La buena voluntad y la receptivi-

dad me permiten oír y escuchar, pero la honestidad me permite aplicar lo que escucho y ocuparme de los cambios que quiero hacer. El cambio llega, para mí, cuando reconozco la ingobernabilidad y la falta de sano juicio de mi vida y quiero que sea diferente. Solo se produce cuando estoy dispuesta a hacer un cambio; nadie puede influir en mí a menos que yo quiera que lo hagan. Por mucho tiempo limpio que acumule, la honestidad, receptividad y buena voluntad del programa me llevan a la recuperación.

Una de mis partes favoritas de estos principios es la manera en que permiten que aumente mi fe en Dios. He disfrutado mucho educándome a mí misma sobre el tema de Dios. He aprendido sobre la persona, las promesas y los deseos de Dios. He tenido muchos problemas con el desafío y el cuestionamiento de la autoridad. Una de las cosas que me enseñaron al principio de mi recuperación es que todos tenemos un agujero del tamaño de Dios que hemos intentado llenar con cualquier cosa menos con Dios. Hoy, trato de llenar ese agujero con Dios.

Cuando empecé mi recuperación, en agosto de 1989, me esforzaba por trabajar el programa. Hice el trabajo de los pasos, vi todas las diferencias y seguí tratando de meterme en ventisqueros demasiado profundos, pero sin perder de vista una cosa: no consumas, pase lo que pase. Durante todo el día, me recordaba a mí misma alguna de las frases que tenemos: hazlo simple, querida; quédate con los ganadores; y no abandones antes de que se produzca el milagro. A medida que trabajaba los pasos, empecé a comprender que eran sobre todo mis pensamientos los que me empujaban a esos montículos de nieve. Descubrí la simplicidad a fuerza de leer y prestar atención repetidamente a las cartulinas con las que empezamos nuestras reuniones.

Hoy prefiero mantenerme al margen de los ventisqueros y no pensar demasiado. Todos los días me recuerdo que estoy presente al 99% cuando tengo honestidad, receptividad y buena voluntad, porque con estos principios los pasos son fáciles y quiero hacerlos. Trata de trabajar los pasos sin estos principios y ya verás.

Cuando empecé mi recuperación, la gente hablaba y rezaba para tener serenidad. No tenía idea de lo que era ni qué se sentía. Ser una persona con educación tampoco me ayudaba porque era un concepto completamente nuevo. Hoy, tengo serenidad y creo que surge de las cosas sencillas. Simplificar mi enfoque de la recuperación mediante estos tres principios me asegura otra día limpia y un poco de serenidad.

Alice H., Wisconsin, EEUU

Un regalo de despedida

Quería compartir cómo uso las tarjetas de meditación diaria de *Solo por hoy*. Trabajo en un programa de tratamiento de la adicción. Mi función es preparar un plan personalizado para cada paciente que completa su programa de 30 días, la mayoría de los cuales vive fuera del estado. Cuando reciben el alta, cada departamento le da a sus pacientes algo para llevarse en su nuevo viaje. Elegí las tarjetas del *Solo por hoy* porque son sencillas, fáciles de llevar en avión y tienen un significado profundo. Compramos la caja de tarjetas de meditaciones diarias y, como se puede ver en la foto, pongo una tarjeta en la carpeta de despedida de cada paciente. Gracias, SMNA, por esas pequeñas cosas que podemos usar en casa y en el trabajo solo por hoy. (Sí, soy miembro de NA del Área Mojave/Lower Desert, que forma parte de la [Región California Inland](#), y soy también la delegada regional.*)

Giner L., California, EEUU

*Nota del editor: escrito en 2013



Proyecto de libro sobre las tradiciones

La Conferencia de Servicio Mundial 2014 adoptó un plan de proyecto para 2014-2016 que incluye la creación de un grupo de trabajo, la redacción del borrador en sí, el envío del material para revisión y aportes, y la publicación del borrador pendiente de aprobación.

Metas para el ciclo de conferencia 2014-2016

Estamos buscando dos tipos de aportes para este proyecto. El primer tipo, que estamos recopilando desde la CSM 2012, se consideran aportes «preliminares». Es el material que contribuirá a determinar el material para el borrador inicial. El segundo, son los aportes que los miembros nos envían en respuesta a los borradores iniciales y que nos ayudarán a perfeccionar el material para convertirlo en un borrador pendiente de aprobación.

Teniendo esto presente, pedimos a las comunidades de NA que continúen organizando talleres para recopilar aportes usando el formato mini de 20 minutos o el completo de 90.

Los plazos para los aportes preliminares serán los siguientes:

Primera Tradición.....	31 de julio de 2014
Segunda a Séptima Tradición	30 de noviembre de 2014
Octava a Duodécima Tradición	31 de marzo de 2015

La respuesta de los miembros se recopilará durante tres períodos de revisión y aportes:

Introducción y Primera Tradición....	octubre de 2014–enero de 2015
Segunda a Séptima Tradición	febrero–abril de 2015
Octava a Duodécima Tradición	mayo–agosto de 2015

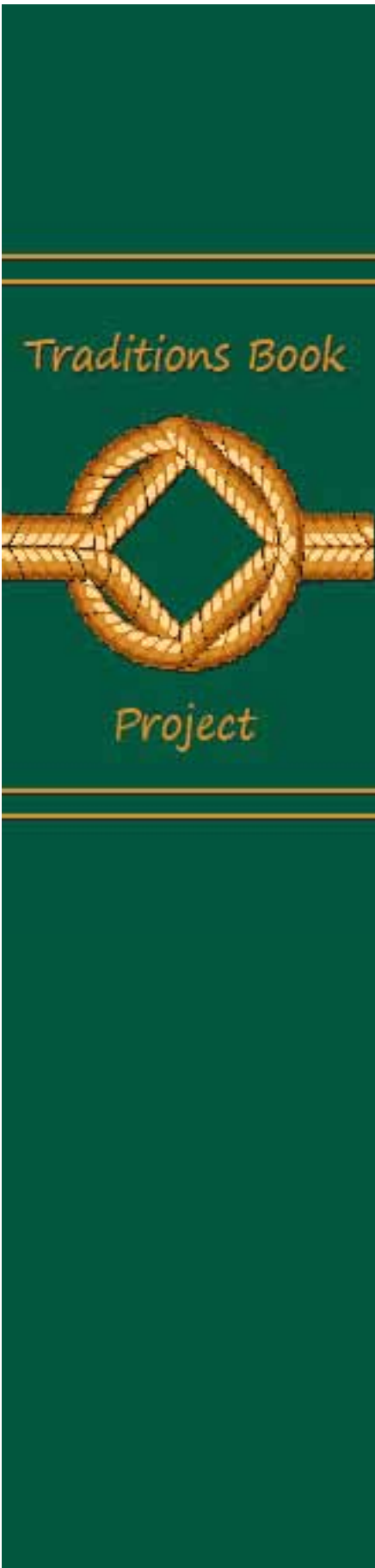
Los esbozos para los minitalleres sobre el libro de tradiciones están disponibles en

www.na.org/traditions.

Te invitamos a que nos envíes tus ideas a

<http://disc.na.org/trads> y worldboard@na.org.

¡Gracias por participar!



32ª Conferencia de Servicio Mundial

Los lazos que nos unen

Nuestra confraternidad mundial y diversa se reunió en Woodland Hills, California, para la CSM bienal del 25 de abril al 3 de mayo de 2014. El lema fijó el tono para una semana de trabajo conjunto de unidad por nuestro bienestar común. Estuvieron representadas 115 regiones por 112 delegados regionales y 83 delegados suplentes. (Le Nordet, Francia y Nepal no pudieron asistir.) Después de una jornada de puertas abiertas y un almuerzo en la Oficina de Servicio Mundial, la reunión empezó oficialmente el domingo. La sesión de apertura se cerró con un minuto de silencio, seguido de la Oración de la Serenidad en los 21 idiomas hablados en la conferencia. Pocas experiencias se puedan comparar con la energía emocional de este cierre.

Planificar nuestro futuro

La conversación en curso sobre el propósito y la estructura de la CSM derivó en cinco sesiones llamadas «Planificar nuestro futuro». Los participantes de la conferencia trabajaron de forma conjunta para analizar dónde estábamos, dónde estamos y adónde vamos. En la primera sesión se explicaron los hitos históricos y se hizo un repaso breve del proceso de planificación estratégica de la Junta Mundial. Las sesiones dos, tres y cuatro se celebraron en salas de trabajo separadas y en pequeños grupos y se centraron en las necesidades de NA, en por qué nos reunimos y las opciones de futuro. Cada grupo pequeño dejó constancia de su discusión y sus acuerdos en hojas grandes de papel, que se expusieron en tableros para que todo el mundo las viera. Todos los aportes se sintetizaron entre una sesión y otra y se tuvieron en cuenta como base de la siguiente discusión.

Todo el mundo se sorprendió de las coincidencias que había entre las cinco salas, a pesar de que los grupos no conversaron entre sí. En cada sala hubo acuerdo general en que la mejor manera de atender las necesidades de NA en un futuro organismo de servicio mundial es a través de la representatividad zonal y una reunión cada dos o tres años. Dentro del acuerdo general, hubo diferencias acerca de la composición zonal, la elección de los miembros de la junta, las funciones del organismo zonal y el uso de tecnología virtual entre una reunión del organismo mundial y otra.

En la quinta y última sesión volvieron a reunirse todos los participantes de la conferencia para sintetizar los informes de cada grupo, a lo que siguieron discusiones en grupos pequeños para analizar «adónde vamos a partir de aquí». Estas sesiones incluyeron los principios de valor y receptividad, la necesidad de un proceso de planificación, la formación de un grupo de trabajo para llevar adelante las ideas identificadas, el uso de tecnología y la participación de los miembros, grupos y organismos de servicio en la discusión de estas ideas a través de talleres y otras formas de comunicación. **Aunque coincidimos**

en muchas ideas, el propósito de estas sesiones no era tomar ninguna decisión concreta. Se dejó constancia de todas estas ideas y los participantes de la conferencia las llevarán a sus regiones para seguir conversando y recopilando aportes.

Proyectos 2014–2016

Todos los planes de proyecto permanentes y de corto plazo presentados en la CSM 2014 y que definen el propósito y alcance de cada proyecto fueron aprobados.

Temas de debate de la confraternidad

Este es un proyecto permanente que incluye la preparación de perfiles de sesión de los temas de debate para ayudar a facilitar la exploración de temas importantes para nuestra confraternidad. Los TD de este ciclo incluirán, entre otros, un enfoque destinado a los grupos para dar la bienvenida a NA a todos los miembros; presentamos también el folleto N° 29 recientemente aprobado, *Introducción a las reuniones de NA*; y tratamos la Tercera Tradición.

Proyecto de sistema de servicio

Se presentaron tres mociones para acordar, en principio, avanzar hacia un sistema de servicio que incluya foros de apoyo al grupo, conferencias de servicio local y juntas de servicio local. Cada una de ellas se aprobó con un apoyo de por lo menos dos tercios, después de una discusión de la que surgió enmendar las mociones para que se especificara que las opciones del proyecto de sistema de servicio se incluirían en «la *Guía de los servicios locales de Narcóticos Anónimos* con carácter optativo junto con las actuales unidades de servicios». También se aprobó un plan de proyecto para pasar a los siguientes pasos del proyecto de sistema de servicio. Los Servicios Mundiales de NA prepararán herramientas para ayudar a aquellas comunidades de NA que decidan aplicar ideas del sistema de servicio tales como los FoAG, las CSL, las JSL, así como introducir la planificación, el asesoramiento, el apoyo al grupo, la toma de decisiones por consenso, los servicios basados en proyectos, etc. Los SMNA seguirán recopilando aportes sobre cómo se usan estas ideas, y esperamos crear oportunidades para que las comunidades compartan sus experiencias, tal vez a través de webinarios. Seguiremos ofreciendo información actualizada y recursos sobre el proyecto en www.na.org/servicesystem, y pedimos que a medida que las comunidades de NA empiecen a utilizar estas opciones compartan por favor su experiencia por escrito: servicesystem@na.org.



IP N° 29: Se aprobó el folleto *Introducción a las reuniones de NA* y se producirá lo antes posible para que los miembros puedan disponer de él. **(¡De próxima aparición!)**

Proyecto de libro sobre las tradiciones

Se apoyó la continuidad del proyecto de libro sobre las tradiciones y el trabajo avanza. Después de la CSM, se creó un grupo de trabajo de nueve miembros de diferentes lugares del mundo que se reunieron por primera vez en junio. En este ciclo se preparará el borrador del libro, se enviará para revisión y aportes y se preparará la versión pendiente de aprobación para que se incluya en el *Informe de la Agenda de la Conferencia 2016*. Los aportes recopilados desde 2012 se usarán como material preliminar junto con el material adicional que se solicitará en webinarios, talleres y en el foro electrónico del proyecto (<http://disc.na.org/trads>). Esperamos lanzar el primer material para revisión y aportes en octubre de 2014. Hace falta toda la confraternidad para crear la mejor literatura de NA posible. ¡Animamos a todos a participar! En la página web hay más información del proyecto: www.na.org/traditions.

Proyectos de relaciones públicas

Mucho de lo que llamamos «relaciones públicas» se consideran servicios esenciales; no obstante, durante este ciclo pensamos alentar iniciativas de RRPP en colaboración y, en función de los recursos disponibles, reunir a profesionales de ámbitos afines para discutir sobre NA. Además, esperamos preparar un folleto de RRPP para profesionales en el que se aborde la medicalización del tratamiento de la adicción y la Tercera Tradición de NA.

Estos proyectos representan mucho trabajo, y queda continuar con la responsabilidad de informar, recabar opiniones, desarrollo de la confraternidad y viajes, entre otras tareas permanentes de los SMNA. Como solemos informar con frecuencia, nuestra capacidad para llevar a cabo el trabajo depende del personal y los recursos económicos disponibles. Nuestros miembros son un recurso muy valioso para ayudarnos a completar los proyectos relacionados con la conferencia. Si estás interesado en participar o conoces a alguien que tal vez desee ayudar, envía o actualiza por favor el Formulario de información de la Reserva Mundial: www.na.org/hrp.

Toma de decisiones

Durante la semana de la CSM, tienen lugar muchas otras discusiones y decisiones, incluyendo la determinación de mociones y propuestas y la manera en que la conferencia quiere efectuar su trabajo.

Varias propuestas fueron remitidas como aportes a la Junta Mundial, entre otras, ideas con respecto a la TDC, a temas para planes de proyecto de RRPP, asuntos concernientes al IAC y al VAC, GSMNA y procedimientos de la CSM. Una de las propuestas aprobadas insta a establecer un grupo de trabajo virtual que prepare una sesión en la CSM 2016 que permita que los DR tengan tiempo y un lugar para interactuar y fomentar la unidad. Con otra propuesta se aprobó la admisión de la Región de la República Dominicana a la CSM.

Dos mociones de asuntos pendientes no contaron con el apoyo de la asamblea. En la moción 2 se pedía que solo los

delegados regionales estuvieran presentes en la CSM y en la 3 que se interrumpiera la financiación de los delegados a la CSM por parte de los SMNA. Estas mociones se presentaron teniendo en cuenta la sostenibilidad de NA a largo plazo. Algunas regiones ya financian completamente los gastos de sus delegados ligados a la CSM, algunas incluso financian también al DR suplente.

La *Guía de los Servicios Mundiales de Narcóticos Anónimos* cambia en cada ciclo de conferencia en función de las decisiones de la CSM. Algunos cambios actuales modifican la redacción de cómo funciona la conferencia, sobre todo en lo relacionado con la toma de decisiones por consenso, las mociones y propuestas del IAC, y eliminan políticas desactualizadas. El borrador de cambios a la GSMNA se enviará a los participantes de la conferencia para un período de revisión de 90 días.

La CSM continúa su labor para tomar más decisiones mediante la conversación y la creación de consenso, en lugar del debate y el procedimiento parlamentario. La conferencia parece buscar maneras de tomar más decisiones sin las restricciones que imponen las sesiones formales. A tal fin, hemos probado el uso de propuestas, un experimento que seguiremos con los asuntos nuevos. Las prolongadas sesiones de discusión previas el trabajo formal permiten intercambiar ideas y opiniones sobre cada propuesta o moción y pueden producir cambios consensuados o decisiones preliminares o finales. En las sesiones de trabajo formales se usa el Reglamento de la CSM y se formalizan decisiones sobre mociones discutidas previamente. También se toman o ratifican algunas decisiones en la sesión del último día de la CSM para asegurar que todo el mundo avance con una interpretación común. La junta seguirá trabajando en ideas para buscar maneras de transmitir, analizar y desarrollar ideas para discutir. También pedirá aportes a los delegados regionales y creará un grupo de trabajo virtual durante este ciclo que incluya a participantes de la conferencia actuales o recientes.

En las [Noticias de los SMNA](#) y en www.na.org/conference hay más información disponible sobre la CSM 2014. Visita la página web de la Conferencia de Servicio Mundial, que se actualiza regularmente.

Resultado de las elecciones

Cofacilitadores de la CSM

Laura B. (Región Rio Grande)

Junta Mundial

Junior Odilson Gomez B, São Paulo (Región Brasil)

Panel de Recursos Humanos

Sherry V. (Región Central Atlantic)

Michael B. (Región Volunteer)

Desarrollo de la confraternidad

NA habla ya 77 idiomas en más de [63.000 reuniones semanales en 132 países](#) de todo el mundo; sin embargo, aún nos queda un largo camino para hacer realidad nuestra visión. Seguimos ofreciendo literatura gratis o subsidiada en 45 idiomas y ahora imprimimos materiales en más países para que la literatura de NA, en lugar de quedarse bloqueada en la aduana, llegue a manos de los miembros allí donde viven. En esta sesión se hizo un repaso al desarrollo de la confraternidad durante el pasado ciclo de conferencia y de nuestros esfuerzos mundiales. A continuación señalamos algunos hitos destacados. Consulta por favor el último número de las *Noticias de los SMNA* que contiene muchos más detalles.

Norteamérica

- La interacción con la [Asamblea Canadiense de NA](#) reforzó la eficacia de las iniciativas de RRPP en Canadá.
- En la 35ª CMNA se celebró la reunión de NA más grande de la historia: en la reunión del [Día de la Unidad](#) del domingo por la mañana hubo 18.000 personas en el salón y casi 10.000 a través del teléfono.

América Latina

- El crecimiento tan increíble de [Brasil](#) les ha servido de inspiración para organizar foros zonales nacionales y prestar cada vez más servicios.
- En la CSM 2014, los delegados de las comunidades de NA hispanohablantes recibieron ejemplares de muestra de *Vivir limpios: el viaje continúa*, la primera traducción de *Living Clean: The Journey Continues*, resultado de los diligentes esfuerzos cooperativos del [FZLA](#), los traductores y los SMNA.

Oriente Medio

- Las comunidades de esta zona siguen trabajando juntas para preparar literatura y por el desarrollo de NA. Algunas de las comunidades de Oriente Medio participan en el [Foro Asia Pacífico](#) y otras dos forman parte de la [Reunión de Delegados Europeos](#).
- Las necesidades de las mujeres que desean recuperarse en Oriente Medio son acuciantes, sin embargo se está avanzando sin prisa, pero sin pausa.

Asia Pacífico

- Uno de los sucesos más importantes en esta parte del mundo es el establecimiento de un centro de distribución de literatura en Bangalore (India), lo que ha incrementado significativamente la disponibilidad de literatura en la zona.

Europa oriental y Rusia

- Las traducciones y los recursos humanos en Europa oriental se dedican a contribuir al crecimiento de la zona. En la actualidad hay cinco regiones (Rusia Occidental, Rusia Noroccidental, los Urales y Siberia Occidental, Siberia, y Lejano Oriente) con más de 1.300 reuniones por semana.
- Kazajistán ha empezado a crecer en número de miembros de NA y con el tiempo podría convertirse en región.

Europa

- La [EDM](#) es un ejemplo de toma de decisiones por consenso y desarrollo de la confraternidad.

África

- Sudáfrica tiene una comunidad de NA bien establecida y África oriental está creciendo. Los SMNA facilitaron talleres en la primera convención del África oriental celebrada en Tanzania en mayo de 2013 y en la convención de Sudáfrica de octubre de 2013.
- Antes de la primera EACNA de 2013, los SMNA facilitaron un taller en el que se reunieron miembros de once países africanos, que formaron el Foro Zonal Africano. El FZA se volverá a reunir probablemente en octubre de 2014.

Todos «sabemos» que NA es una organización mundial, pero en la sesión de desarrollo de la confraternidad de la CSM vemos los lazos que nos unen... a través de fotos, informes detallados y encuentros personales de un adicto que conmueve y ayuda a otro. Lo que hace falta para que los SMNA trabajen eficientemente para ti es comunicación. Escríbenos y te responderemos (worldboard@na.org). La cosecha de hoy suele ser el resultado de las semillas de desarrollo de la confraternidad plantadas hace años.

En las [Noticias de los SMNA](#) y en www.na.org/conference hay más información detallada sobre la CSM 2014.

Visita la página web de la Conferencia de Servicio Mundial para buscar información actualizada.



Primeros días de aprendizaje de servicio europeos

Este evento partió de la idea de un delegado regional y se transformó en una propuesta a la EDM,* que creó un grupo de trabajo. Este grupo discutió diferentes ideas sobre el tipo de evento y se analizaron otros similares celebrados en los Estados Unidos.

Los días de aprendizaje de servicio europeos estarán separados de las sesiones formales de la EDM y se centrarán exclusivamente en el servicio y en ayudar a las comunidades de NA a crecer. La EDM tiene una larga y sólida historia en materia de desarrollo de la confraternidad, especialmente en ayudar a las comunidades de NA en desarrollo. Creemos que estos días de aprendizaje serán DC en su forma más pura para que los

miembros que prestan servicio aprendan, se capaciten y compartan su experiencia en ámbitos como traducciones y RRPP. Lo que significa que no es estrictamente necesario que acudan los DR. De más está decir que todos los miembros son bienvenidos, pero si las regiones envían participantes, probablemente serán coordinadores y miembros de grupos de trabajo y subcomités. También estamos trabajando para ver cómo la EDM puede financiar a comunidades más pequeñas que no pueden permitirse asistir, puesto que el objetivo primordial es hacer trabajo de desarrollo de la confraternidad.

Los primeros días de aprendizaje de servicio europeos se celebrarán en Berlín, Alemania, del 3 al 5 de abril de 2015. Para mayor información, visita nuestro sitio web, www.edmna.org.

*La Reunión de Delegados Europeos (EDM) es un foro zonal de comunidades de NA geográficamente relacionadas, multicultural y multilingüístico, dentro y fuera de Europa.

DÍA DE LA UNIDAD MUNDIAL DE NA

30 de agosto de 2014 –
10 am hora del Pacífico

El mensaje es libertad y los lazos que nos unen son puro amor.

Vivir limpios: el viaje continúa
Capítulo dos: Los lazos que nos unen

Inspirados por los lazos que nos unen, nos uniremos para reflexionar sobre nuestra confraternidad mundial y el adicto que todavía sufre. Tal vez quieras organizar un evento, juntarte con amigos o simplemente tomarte un momento para ti mientras los miembros de NA de todo el mundo comparten la Oración de la Serenidad en este día de unidad. Nada de comunicaciones telefónicas, ningún evento grande... solo un momento y una oración.

Visita www.na.org/nawsevents



Por qué hago servicio

La unidad es el espíritu que une a miles de miembros alrededor del mundo en una confraternidad espiritual que tiene el poder de cambiar nuestra vida. [...] A través de la unidad que crece con la confianza, estamos preparados para trabajar juntos por nuestro bienestar común.

Funciona: cómo y por qué, Primera Tradición

La Conferencia de Servicio Mundial se reunió por primera vez como comunidad el domingo 27 de abril de 2014. Los participantes de la conferencia, en las discusiones en grupos pequeños, compartieron sobre su unidad de propósito y los principios espirituales de la Primera Tradición: aceptación, compromiso, entrega desinteresada, amor y anonimato. Luego, inspirados por el título de lo que compartió un miembro, «[¿Por qué hago servicio?](#)», la sala se quedó en silencio mientras los servidores de confianza de distintas partes del mundo reflexionaban por escrito sobre las razones por las cuales servían.



Hace unos años, solo un mes después de mi boda, mi marido tuvo un accidente de moto casi mortal y tuvieron que amputarle la pierna izquierda. Después de muchos meses de sufrimiento en el hospital, llegó el momento de volver a casa, con medicamentos... muchos medicamentos. (Mi propia historia incluye una recaída. Después de más de diez años y ocho meses limpia, recaí con drogas recetadas. Al cabo de tres meses, estaba enganchada y necesitaba más de 60 pastillas por día para no estar con síndrome de abstinencia.) Todos mis miedos: a que mi marido empezara a drogarse y no pudiera parar, el horror de perder la pierna y todas esas pastillas en casa junto con el corazón destrozado, me hicieron sentir muy sola. Mi madrina, el padrino de mi marido y muchos otros nos acompañaron durante el proceso. Nos llevaron de la mano, nos enseñaron, nos sostuvieron y, al poco tiempo, estábamos juntos en una reunión... y limpios. Hago servicio porque me enseñaron a recorrer el camino de la vida sin consumir. Hago servicio para compartir mi fortaleza, mis conocimientos y porque espero que juntos podamos... porque estos son los lazos que nos unen.

Michelle S., Región Northern California, EEUU



El servicio me ha ayudado a quedarme en NA, también le dio a mi vida un sentido durante esos momentos difíciles en que mi tiempo limpio y mi vida estaban en peligro. ¿Por qué hago servicio? Es una pregunta fácil de responder, pero no tan fácil de comprender: hago servicio para vivir.

Manuel G., Región de Costa Rica



El nivel de crecimiento personal que he conseguido gracias al servicio a nuestra confraternidad es increíble. Tengo que aprender a mantener las necesidades y opiniones de mis com-

pañeros en el mismo nivel de importancia que las mías. Tengo que aprender a disentir sin ser desagradable, y puedo trasladar todo esto a las relaciones con mi familia, mis amigos y mis compañeros de trabajo. NA me ha dado una vida digna de vivir.

Deb N., Región British Columbia, Canadá



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

Jimmy E., Región de Suecia



Creo que es más valioso expresar inquietudes o quejas si participo de verdad, me entrego a una causa y propongo lo que me resulta inspirador momento a momento. [...] Formar parte del servicio está directamente relacionado con sentir que pertenezco a esta confraternidad. Cuanto menos servicio hago, menos siento que pertenezco, y cuanto más servicio hago reconozco más plenamente mi condición de miembro.

Laren C., Región Northern New England, EEUU



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

Nelson L., Región de Brasil



El servicio me ha enseñado mucho sobre NA y mí mismo, y ha hecho por mí lo que no podía hacer por mi cuenta: estar en contacto con el mundo que me rodea y aprender a tratar con el mundo de una manera más positiva.

Gila P., Región de Israel

Suele decirse: «Hago servicio para mantenerme limpio», y estoy de acuerdo, pero yo lo ampliaría: «Me mantengo limpio así puedo hacer servicio». Aprendí muy pronto que el trabajo de servicio nos mantiene limpios, pero para mí estar limpio me mantiene en el servicio. Son sinónimos, intercambiables y esenciales. No puedo tener el uno sin el otro... así que por eso hago servicio.

Bonner S., *Región Washington/Northern Idaho*, EEUU



Hago servicio porque hoy comprendo que la buena voluntad de otros adictos de mantener el grupo abierto me ha salvado la vida. Hoy entiendo por qué el servicio es la mayor expresión de buena voluntad: porque la buena voluntad es la base de la pirámide que me lleva a la libertad. Si esa base no es sólida, mi libertad no será fuerte.

John F., *Región de Panamá*



Cuando hago servicio contigo, tú me enseñas. Cuando escucho algo en una discusión inspirada en la toma de decisiones por consenso que me hace cambiar de posición, estoy convencido de que es el Dios que me comprende el que me ha movido. Nos servimos los unos a los otros y servimos a un bien mayor que jamás entendería por mi cuenta... Necesito tu amor y tu orientación, así te soy útil y tú me enseñas.

Jayme S., *Región Colorado*, EEUU



Nunca podré devolver a Narcóticos Anónimos lo que me ha dado, pero estoy decidido a intentarlo. Esta sensación de compromiso me hace seguir participando y me mantiene humilde. Por eso hago servicio.

Robert O., *Región Mountaineer*, EEUU



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

Francelle FS., *Región de Brasil*



Con tres años limpio, fui a una reunión que no era de mi grupo habitual. Cuando terminó, un compañero me dijo que me había escuchado en un panel de HeI en un hospital en el que yo era orador. Ahora lleva un año limpio y hace servicio en HeI. Por eso hago servicio.

Ashraf M., *Región de Egipto*

Mi hermana me llevó a mi primera reunión de NA; era mi sostén. Recayó con siete años y medio limpia. Desde entonces, nunca ha conseguido mantenerse limpia más que un par de años. Sigo haciendo servicio con la esperanza de poder contribuir a mantener las puertas abiertas para ella.

Reed H., *Región Alabama NW Florida*, EEUU



Hoy mi espíritu de servicio es practicar la unidad y buscar puntos en común con otros servidores de NA. Ese tipo de espíritu me llena de energía positiva que llevo luego a mi comunidad de NA y ensancha mi vida.

Paola C., *Región de Italia*.



«Podemos conservar lo que tenemos en la medida en que lo compartimos» es un idea difícil para que me entre en la cabeza. Es egoísta y, al mismo, desinteresada. Como muchas otras cosas en NA, no tengo que comprenderla, sino solo vivirla... No hay manera de trabajar plenamente un Noveno, Undécimo y Duodécimo Paso en mi vida sin ser útil a los demás.

Kevin K., *Región Buckeye*, EEUU



Creo que el programa de NA es una terapia basada en el servicio. No hay auténtica recuperación sin servicio. Es un programa de solo por hoy. Lo que hoy puedo hacer son pasos, patrocinio y reuniones. Mis esfuerzos por mantenerme limpio son solo por hoy. El servicio es para el futuro. Cuando acepto un compromiso, prometo que haré algo en el futuro. De esta manera, aseguro mi futura libertad de la adicción. El servicio es mi Noveno Paso. Por eso hago servicio.

Igor K., *Región Rusia Occidental*



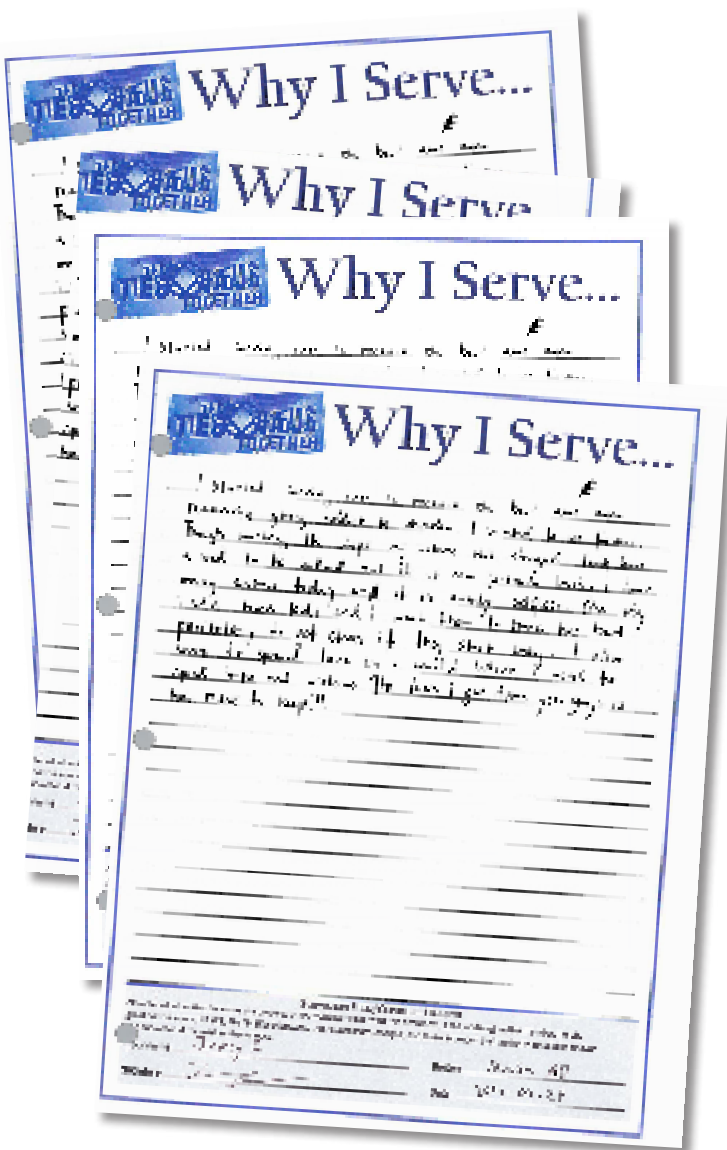
Hago servicio por la libertad, la integridad, el amor, el sentido de unanimidad, el respeto y la aceptación que encontré por fin en Narcóticos Anónimos. [...] Hago servicio porque he aprendido la forma de aceptar a los demás, de estar con los demás, de perder y dejar pasar las cosas. Hago servicio porque amo Narcóticos Anónimos. Hago servicio porque puedo volver a soñar, ¡y eso es un milagro!

Panos P., *Región de Grecia*



Cuando miro atrás, todos los momentos importantes de crecimiento a lo largo de los años, veo, sin excepción, que el trabajo de los pasos y algún elemento de servicio me han devuelto la vida... Todo lo que hago en el servicio de NA está ligado a que existan las reuniones para el adicto que aún no ha llegado.

Russel G., *Región Utah*, EEUU



El servicio que hago tiene una función esencial en mi recuperación personal. A través del servicio pongo en práctica conceptos espirituales y principios de NA en mi vida diaria. NA me devolvió la vida y hoy estoy vivo, por lo tanto estoy comprometido con el servicio para proteger la supervivencia de NA y nuestro bienestar común. El servicio cambia mi vida. Dios nos presenta oportunidades a mí y a mi familia. El servicio me ayuda socialmente, en mi trabajo, en todos los aspectos de mi vida y mejora también mi serenidad.

Houman H., *Región de Irán*



Siempre me consideré un tipo que no llegaría a nada, que seguiría el camino de la autodestrucción hasta la despedida final. Para mí no había esperanzas. Creía que estaba destinado a morir consumiendo y que eso era lo que me tocaba en la vida. Acabé en el hospital con la idea de que algo tenía que cambiar, de que no podía seguir así porque sin duda me moriría. Unos compañeros compartieron conmigo que no tenía por qué seguir viviendo así, que había otra manera. Entonces sucedió algo profundo: apareció en mí la buena voluntad de probar algo diferente. Es esta experiencia la que trato de recordar cuando llevo el mensaje a los demás. Nunca se sabe que pequeña ventana de oportunidad se presentará para que cambie la vida de alguien, como sucedió con la mía. Por eso hago servicio, para que los demás dispongan de este mensaje salvavidas cuando estén preparados para escucharlo.

Jim B., *Región Chicagoland, EEUU*



Me dijeron que la recompensa por hacer servicio es el acto de hacer servicio. Al principio no lo entendí. Pensaba que tenía que ver con ser importante y útil, con tener un título. Cuando empecé a hacer servicio por las razones adecuadas, comencé a entender. No tenía nada que ver con la importancia ni los títulos, sino con llevar el mensaje y con lo que sentía como resultado.

Richard H., *Región Ontario, Canadá*



Cuando hice mi primer Undécimo Paso, me preguntaron qué deseaba en mi vida. Respondí que quería ser buena madre, amiga, esposa; convertirme en un ser humano responsable y cariñoso; poner en práctica mi gratitud en mi ocupación y muchas otras cosas. El lápiz se movía muy rápido y mis pensamientos sencillamente fluían. Entonces escribí: «disfrutar de la vida» y me eché a llorar. Tantos años tratando de ser perfecta, aceptarme a mí misma, encontrar la paz y, al final, todo se reducía a ese momento en que me di cuenta de que merecía disfrutar de la vida. Mientras lloraba durante ese momento de descubrimiento, encontré la paz y la autoaceptación que siempre había querido. Quiero que los adictos que sufren dentro y fuera de nuestras reuniones conozcan esa paz. Por eso hago servicio

Donna Lee P., *Región Central Atlantic*

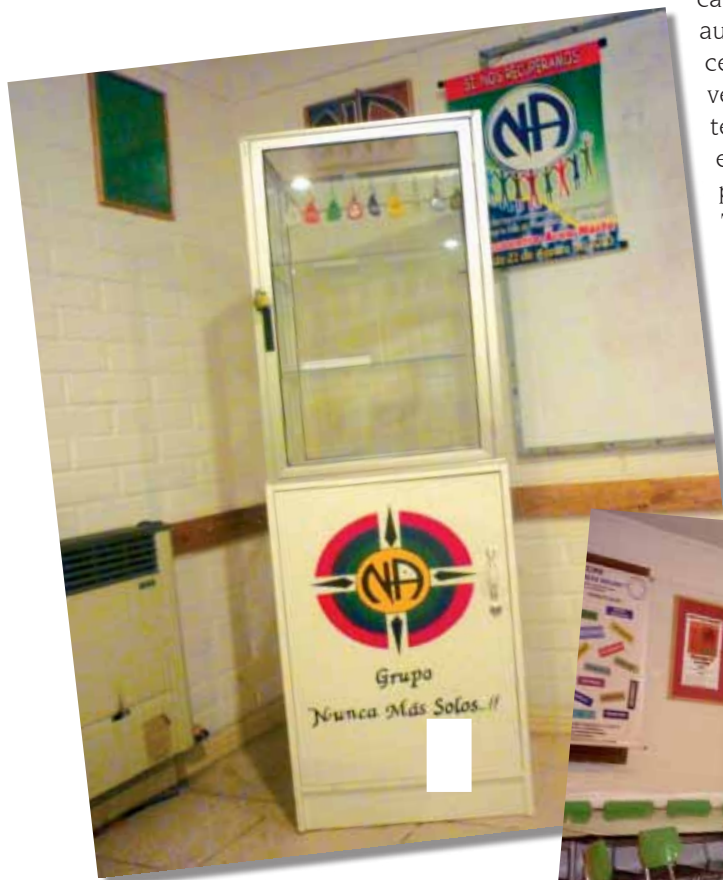
Imagínatelo

Invitamos a las comunidades de NA a mandarnos fotos de sus lugares de reunión. Lamentablemente no podemos publicar las que identifiquen a miembros de NA. Cuéntanos cosas sobre la reunión, cómo se llama, dónde está, en qué ciudad, hace cuánto que existe, qué formato tiene y qué lo convierte en *tu* grupo habitual.

Nunca más solos

Quiero compartir con los miembros del mundo que en esta angosta región de Chile tenemos el grupo «Nunca más solos» que abrió sus puertas el 28 de junio de 2009. Está en Santiago de Chile, cerca del pueblo de La Farfana. El grupo celebra sus reuniones los lunes, jueves y domingos de 20 a 22 hs. Tiene una infraestructura sólida, íntima y autónoma, y un radiador de calefacción que nos da una atmósfera de recuperación cálida durante los meses fríos de invierno de esta región austral. Asisten regularmente de siete a doce miembros, celebramos tanto reuniones abiertas como cerradas con velas, así como reuniones de oradores. Nuestro grupo pertenece al CSA Poniente. En el tablero de anuncios tenemos el programa mensual de reuniones y una lista de pautas para mantener buenas relaciones con nuestro arrendador. Tenemos herramientas de ayuda para el servicio, carteles de actividades, listas de reuniones y otras cosas de interés de nuestra confraternidad de NA. No recuperamos, podemos recuperarnos y... ¡funciona! Saludos y abrazos a los miembros de NA de todas las regiones del mundo. Esperamos verlos por aquí y los recibiremos con amor en el grupo «Nunca más solos».

Mauro A., Santiago, Chile





CALENDARIO

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

Número	Fecha del evento	Plazo de envío
abril	10 abril – 31 julio	15 enero
julio	1 agosto – 31 octubre	15 abril
octubre	1 noviembre – 31 enero	15 julio
enero	1 febrero – 30 abril	15 octubre

Argentina

Rosario 3-5 Oct; 11ª Convención del Área Rosario; Cabanas La Estela, Rosario; narosarioconvencion@hotmail.com; www.narosario.org.ar

Bermuda

Southampton 5-7 Sep; Bermuda Islands Area Convention 8; Fairmont Southampton, Southampton; www.nabermuda.com

Brasil

Belem 19-21 Sep; Forum Unificado dos Subcomites; Centro Social Sagrada Familia; Ananindeua, Para; na.org.br/nabrazil.org.br

Canadá

British Columbia 26-28 Sep; Canadian Convention 22; Vancouver Island Conference Centre, Nanaimo; www.canadianconvention.com

Ontario 17-19 Oct; Toronto Area Men's Retreat; Bliss Haven Retreat Centre, Dunnville; www.torontona.org

Prince Edward Island 29-31 Aug; Prince Edward Island Area Convention 5; Quality Inn & Suites Hotel, Summerside; www.carna.ca

Quebec 1-3 Aug; Lower Saint Lawrence Campout 3; Campsite, Sainte-Rita; www.naquebec.org

Dinamarca

Skandeborg 1-3 Aug; Area Midtjylland Convention/Campout 7; Audonicon, Skanderborg; www.nakonvent.dk

Estados Unidos

Alaska 3-5 Oct; Alaska Regional Convention 30; Challenger Center, Kenai; www.akna.org/index.htm

California 19-21 Sep; Serenity Under the Stars at the Beach; California State Parks, Pismo Beach; www.serenityunderthestars.net

Connecticut 12-14 Sep; History of NA Conference; Sheraton Hotel, Stamford, CT; www.historyofna2014.com

Florida 15-17 Aug; North Dade Area Convention; Hyatt Regency-Downtown, Miami; www.northdadearea.org

2) 22-24 Aug; Vision Without Limits Speaker Jam; Hilton Clearwater Beach, Clearwater; event info: 513.417.5086

3) 29 Aug-1 Sep; South Florida Regional Convention 20; Bonaventure Resort, Weston; www.sfrca.com

4) 17-19 Oct; First Coast Area Convention; Wyndham Riverwalk, Jacksonville; www.firstcoastna.org/

Hawaii 26-28 Sep; Kauai Area Gathering; YMCA Camp Naue, Haena; www.na-hawaii.org/area_gatherings.htm

2) 30 Oct-2 Nov; Hawaii Regional Convention 22; Royal Lahaina Resort Maui, Kaanapali; www.na-hawaii.org/regional_convention.htm

Illinois 21-24 Aug; South City Area Convention 8; Hyatt Regency McCormick Place, Chicago; www.chicagona.org/SouthCity/index.htm

Indiana 22-24 Aug; End of Summer Celebration 19; Prairie Creek Reservoir, Selma; event info: 317.690.1204

Kentucky 26-28 Sep; Bluegrass-Appalachian Regional Convention 6; Clarion Hotel, Lexington; www.kentuckysurvivors.com

Maryland 1-3 Aug; Baltimore Area Convention 11; Turf Valley, Ellicott City; www.baltoareana.org/bacna.html

2) 24 Oct-1 Nov; Free State Region Recovery at Sea Cruise; Port of Baltimore; www.fsrna.org

Massachusetts 15-17 Aug; Western Massachusetts Area Convention 14; Sheraton Hotel, Springfield; www.wmacna.org

2) 11-12 Oct; Central Mass Area Unity Day Basketball Tournament/Speaker Jam 3; YMCA, Worcester; event info: 508.335.0867

Mississippi 26-27 Sep; Starlight Recovery Group Campout; Flint Creek Water Park, Wiggins; event info: ulie_collins2013@yahoo.com

Montana 3-5 Oct; Montana Regional Convention 4; Billings Crowne Plaza, Billings; www.namontana.com

Nebraska 22-24 Aug; Bader Campout 4; Bader Park, Central City; www.nebraskana.org

New Jersey 8-10 Aug; New Jersey Regional Convention 29; Crowne Plaza Hotel, Cherry Hill; www.njrcna.com

2) 22-24 Aug; Western Queens Area Summer Retreat; Camp Mason, Hardbridge; www.westernqueensna.org

3) 31 Oct-2 Nov; North East Area Convention 18; Renaissance Woodbridge, Iselin; www.nanj.org/index.shtml

New York 1-3 Aug; Westchester Area Convention 2; Stamford Plaza Hotel/Conference Center, Stamford; www.wacna.org

2) 22-24 Aug; ABCD Regional Convention 7; Albany Hilton Hotel, Albany; www.abcdna.org

3) 29 Aug-1 Sep; Recovery in the Woods 26; Camp Pioneer & Retreat Center, Angola; www.nawny.org

4) 19-21 Sep; Western New York Regional Convention 19; Byblos Niagara Resort & Spa, Grand Island; www.nawny.org

5) 31 Oct-2 Nov; Suffolk Area Convention 12; Huntington Hilton, Melville; www.sasna.org

North Carolina 29-31 Aug; Twin City Area Surrender to Win Convention 14; Embassy Suites, Winston-Salem; www.tcana.org

2) 3-4 Oct; Greensboro Area United States Service Conference 3; Clarion Hotel, Greensboro; www.usscna.org

3) 31 Oct-2 Nov; Greater Sandhills Area Convention 2; Holiday Inn Bordeaux, Fayetteville; event info: 910.299.4158

Ohio 3-5 Oct; Western Reserve Area Woman-to-Woman Empowerment Expo; Clarion Inn & Conference Center, Hudson; speaker tape deadline: 8 Sep; www.wrascna.org

Oklahoma 17-19 Oct; Shawnee Fall Convention; America's Best Value Inn, Shawnee; event info: 405.488.4178

Oregon 29-31 Aug; Portland Area Convention; Red Lion Hotel Jantzen Beach, Portland; www.portlandna.com

2) 24-26 Oct; Pacific Northwest Convention 37; Valley River Inn, Eugene; www.pnw37.org

Pennsylvania 22-24 Aug; Greater Philadelphia Regional Convention 28; Loews Philadelphia Hotel, Philadelphia; www.naworks.org

2) 10-12 Oct; First Delco Area Convention; Clarion Hotel, Essington; speaker tape deadline: 10 Sep; www.nadelco.org

South Dakota 3-10 Aug; Sheridan Lake Campout; Squirrel Group Campsite, Hill City; www.sdrna.com

2) 12-14 Sep; South Dakota Regional Convention 17; Ramada Hotel & Convention Center, Aberdeen; www.sdrna.com

Texas 12-14 Sep; Miracles & Solutions Group Living the Dream 21; Holiday Inn, Austin; event info: diane_bts@yahoo.com

Vermont 14-17 Aug; Green Mountain Area Back to Basics 30 Campout; Wallingford Boys Camp, Wallingford; www.gmana.org

Virginia 1-3 Aug; Almost Heaven Area Convention 28; 4H Educational Center, Front Royal; event info: 304.283.9077

2) 29 Aug-1 Sep; Marion Survivor's Group Campout; Hungry Mother Lutheran Retreat Center, Marion; event info: 276.646.8462

Wisconsin 3-5 Oct; Wisconsin State Convention 31; Plaza Hotel & Suites, Eau Claire; www.wsnac.info

Francia

Écully 31 Oct-2 Nov; France Region Bilingual Convention 18; Valpré Lyon, Écully; www.narcotiquesanonymes.org

Gracia

Atenas 5-7 Sep; 30ª Convención y Conferencia Europea; Divani Apollon Palace & Spa, Athens; www.eccna30.org

Hungría

Keszthely City 15-17 Aug; Hungary Regional Convention; Keszthelyi Ipartestület, Keszthely City; www.na.info.hu

India

Goa 25-27 Sep; Indian Regional Convention 7; Byke Old Anchor Resort, Goa; speaker tape deadline: 31 Aug; www.ircna7.in

Israel

Dead Sea 11-13 Sep; Israel Regional Convention 30; David Dead Sea Resort & Spa, Dead Sea; www.naisrael.org.il/

Japón

Tokyo 21-24 Aug; Japan Regional Convention 10; Tokyo Big Sight, Tokyo; www.najapan.org/jrcna/index.html

México

Michoacán 31 Jul-3 Ag; Convención Regional de Occidente CROMEX 13; Hotel Diana del Bosque, Morelia; www.naregionoccidente.org

Baja 8-10 Ag; Convención del Área Puerto Area Convention; Hotel San Nicolas, Ensenada; www.bajason-na.org

Nueva Zelanda

Wellington 24-26 Oct; Aotearoa New Zealand Regional Convention 14; Saint Andrews on the Terrace, Wellington; www.nzna.org

Paraguay

Asunción 29-31 Ag; Primera Convención Regional Paraguaya; Quinta Ykua Sati, Asunción; www.na.org.py

Turquía

Fethiye/Muğla 17-19 Oct, Turkish Regional Convention 21; Foca Mh., 48300 Fethiye/Muğla, Orient Resort Hotel; www.na-turkiye.org

Reino Unido

Scotland 26-28 Sep; Glasgow Area Convention 16; Marriott Hotel, Glasgow; www.ukna.org/events

Productos nuevos de los SMNA



Chino

就在今天

Art. N° CH-3108 Precio US \$0,24

Chino (tradicional)

致新成員

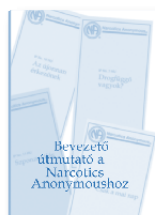
Art. N° CT-3116 Precio US \$0,24

Húngaro

Guía de introducción a NA

Bevezető útmutató a
Narcotics Anonymoushoz

Art. N° HU-1200 Precio US \$2,00



Fiatál függőktől fiatal függőknek

Art. N° HU-3113 Precio US \$0,31

Anyagi Kérdések Az NA Önellátása

Art. N° HU-3124 Precio US \$0,53

Coreano

회복과 재발

Art. N° KO-3106 Precio US \$0,24

Polaco

Właśnie dzisiaj

Art. N° PL-3108 Precio US \$0,24

Portugués (Brasil)

Acessibilidade para aqueles
com necessidades especiais

Art. N° PB-3126 Precio US \$0,24

Ruso

Служение «Больницы и Учреждения»
(БУ) и членство в АН

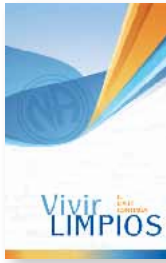
Art. N° RU-3120 Precio US \$0,24



Español

Living Clean: The Journey Continues
Vivir limpios: el viaje continúa

Art. N° SP-1150 Precio US \$9,75



สำหรับวันนี้

Art. N° TH-3108 Precio US \$0,24

สามเหลี่ยมของ การหมกมุ่นอยู่ในตัวเอง

Art. N° TH-3112 Precio US \$0,24

สำหรับผู้มาใหม่

Art. N° TH-3116 Precio US \$0,24

ใช้ชีวิตอย่างปลอดภัยเสมอ

เมื่ออยู่ในโลกภายนอก

Art. N° TH-3123 Precio US \$0,24



Tailandés

การรวมกลุ่ม

Art. N° TH-3102 Precio US \$0,31

มองกลับมามุม

Art. N° TH-3105 Precio US \$0,24

De próxima aparición

IP N° 29

An Introduction to NA Meetings

Folleto de bienvenida para los que asisten a sus primeras reuniones o que comienzan su recuperación.

Art. N° 3129 Precio US \$0,24



Croata

Texto Básico (5ª edición)

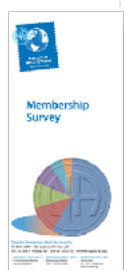
Anonimni narkomani

Art. N° CR-1101 Precio US \$7,90

Materiales para tus iniciativas de RRPP, revisados con estadísticas actualizadas en 2014

NA: A Resource in Your Community

Art. N° 1604 Precio US \$0,40



Information about NA

Art. N° ZPR001002 Precio US \$0,30

Membership Survey

Art. N° ZPR001001 Precio US \$0,30

**Cartel del mapa
regional mundial de reuniones**

Art. N° 9090 (5' x 7') Precio US \$77,45

Art. N° 9091 (45" x 63") Precio US \$47,45



Cartel demográfico (I-stand)

Art. N° 9092 (35" x 84")

Precio US \$33,00

Artículos fin de serie un vez agotadas las existencias

Sponsorship, edición regalo
Diarios medallón de NA
(negro y marrón)

Taza sensible al calor
Funciona, tapa dura
portugués y español

