

Reaching Out

Volumen 27, Número 3

Julio 2012



Bienvenidos

PAGINA 2

Desde Adentro

PAGINA 3

Desde Afuera

PAGINA 8

Hoja de Pedido

PAGINA 16

Del Editor

¡Bienvenido a Reaching Out! Si estás experimentado la recuperación en el interior o exterior de una prisión, este boletín de noticias de los Servicios Mundiales de NA es para ti. Como dice nuestra literatura, “el valor terapéutico de un adicto que ayuda a otro no tiene igual”. Reaching Out está diseñado para ayudar a los adictos encarcelados a conectarse con el programa de NA y mejorar los esfuerzos de HeI.

Hay dos secciones; “Desde Adentro” está lleno de cartas de los adictos en prisión que comparten su experiencia, fortaleza y esperanza, que han encontrado y mantienen la recuperación de la adicción a través de NA. En la segunda sección, “Desde Afuera”, los miembros de NA en el exterior y los subcomités de Hospitales e Instituciones tienen la oportunidad de ofrecer su experiencia, fortaleza y esperanza. Muchas de estas cartas vienen de los miembros que están profundamente comprometidos a llevar el mensaje de recuperación de NA a los adictos que no pueden asistir a las reuniones regulares. Tú también puedes encontrar la experiencia personal de los miembros que escucharon el mensaje de NA en el interior y ahora están viviendo y disfrutando la vida en el exterior.

Estimulamos la remisión de artículos a Reaching Out de parte de miembros y subcomités de HeI. Ten en cuenta que somos más propensos a publicar los artículos que se centran en como NA ha ayudado a una persona a recuperarse durante su encarcelamiento, en lugar de aquellos que se concentran en los horrores de la adicción. ¡Gracias por ayudarnos a llevar nuestro mensaje de esperanza! Envía todas las remisiones a Reaching Out; NAWS, PO BOX 9999, Van Nuys, 91409-9999; EE.UU, o por correo electrónico a HandI@na.org.

¡Comparte tu gratitud en *Reaching Out*! Necesitamos cartas de miembros que encontraron NA desde adentro y que hoy en día mantienen su recuperación afuera.

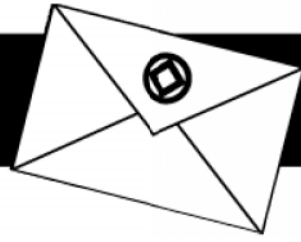
Si este eres tú, o tienes una historia de H&I conmovedora, por favor comparte tu experiencia, fortaleza y esperanza. Esta edición presenta en la página 14 una hoja de trabajo para ayudar a nuestros miembros a contribuir. Herramientas adicionales para *Reaching Out* están disponibles en nuestro sitio web:

www.na.org/ID=reaching_out-index

Nuestros plazos de publicación previstos son los siguientes:

Número	Fecha Límite
Octubre 2012	15 de julio 2012
Enero 2013	15 de octubre 2012
Abril 2013	15 de enero 2013
Julio 2013	15 de abril 2013

DESDE ADENTRO



Querido *Reaching Out*,

Hace dos años, les escribí a acerca de caminar por el patio como un zombi. Compartí que yo no sabía mi siguiente movimiento hasta que me topé con un Texto Básico de NA en la biblioteca. Yo era un veterano en problemas, perdido en un mundo de aislamiento autoimpuesto.

Bueno, estoy aquí para decirles la diferencia que puede hacer vivir "sólo por hoy". Empecé con la renovación de mi fe en un Poder Superior y empezar a trabajar los pasos de nuevo. Empecé a una reunión regular para devolver a los hombres en el patio que más lo necesitaban. De lo que me di cuenta en el camino fue era el necesitado. Pero la única manera de conseguir lo que necesitaba era devolver el favor. Tuve que empezar a devolver al recién llegada y a tener la mente abierta, me había estancado en mi recuperación.

Cuando recibimos los más simples despertares espirituales, estos se vuelcan cascadas de más y más el amor de nuestro Poder Superior. Pero debemos tener cuidado de no permitir que nuestro ego se interponga en el camino de nuestra recuperación. Hace dos años, el Departamento de Correccionales cambió su política en mi estado, permitiendo que los internos ordenen medallones de tiempo limpio. Así que envié una orden de literatura que incluía mi medallón de 25 años. Obviamente, era una ocasión muy importante en mi recuperación. La orden se perdió, y nunca tuve ese medallón.

Me he dado cuenta de que recibir un medallón es un gran logro, pero también debe ser un recordatorio humilde. No se debe mostrar alrededor de nuestros cuellos como una insignia de valor, sino como un símbolo de humildad y un recordatorio de donde hemos estado. Durante estos últimos dos años, mi Poder Superior me ha enseñado la humildad, la paz, la serenidad, el amor, la paciencia, la abnegación y la comprensión. Hoy en día, estoy de vuelta, enseñando y devolviendo a mi comunidad de NA.

Mi Poder Superior debió pensar que yo finalmente estaba listo. Tal vez se dio cuenta de que mis acciones, no sólo intenciones, eran sinceros, porque aquella orden de literatura perdida ¡finalmente apareció! ¡Llegó justo a tiempo para mi aniversario de tiempo limpio, junto con un medallón de 27 años! Se encuentra en el estante como un recordatorio de la gratitud que habla a través de mí cuando me preocupó y comparto a la manera de NA!

JZ, AZ

Querido *Reaching Out*,

Mi nombre es AC y actualmente estoy encarcelado en mi cuarta violación de libertad condicional por usar drogas. He estado en algunas reuniones de NA en la "calle", que me parecieron extremadamente útiles y acogedoras. Por desgracia, yo no estaba dispuesto a renunciar a todas mis reservas para poder recuperarme. Ahora bien, yo he estado en el fondo de cada botella, y he estado sin hogar e internado en instituciones; incluso intenté el suicidio como una vía de escape de mi miseria total y absoluta.

En todos esos lugares, todas esas formas de huir, he encontrado que no hay manera de huir de mí mismo y de mis problemas. Creo que ahora entiendo el dicho "Donde quiera que vaya, allí estoy yo." Así que, aquí estoy, cumpliendo una condena de seis años en un programa de modificación de la conducta del Departamento de Correccionales. Tengo la capacidad de "ganar" una liberación temprana si completo dos años en su comunidad terapéutica 24/7. Este podría ser mi boleto a la libertad.

Cuando entré por primera vez al programa en mayo de 2011, lo hice básicamente sólo para salir. Durante un período de meses, he empezado a descubrirme realmente a mí mismo. Tengo talentos y habilidades que nunca supe que poseía. Mi Poder Superior, literalmente me trajo de vuelta desde las profundidades de la desesperación. Me siento como si tuviera una nueva vida, y mientras antes solía correr de mis temores, ahora los enfrento y los supero. Ya no quiero estar muerto.

Tengo deseos, sueños y ambiciones para ayudar a otros que están perdidos como estaba yo. No estoy diciendo que soy perfecto, todavía tengo mucho que trabajar en el interior de mí mismo. ¡La diferencia es que hoy estoy dispuesto y creo! Sé que con la ayuda de mi Poder Superior y Narcóticos Anónimos, la recuperación ES posible. "Una buena vida espera".

AC, VA

Querido *Reaching Out*,

Hola, mi nombre es TF y soy un adicto que se encuentra actualmente encarcelado en la Florida. He estado luchando con esta enfermedad durante mucho tiempo. En mi adicción activa causaba dolor a todo el mundo a mi alrededor, solo para que yo sintiera ningún dolor. Hice cosas que nunca habría hecho limpio. Me vendí y le robé a todo el que me importaba. Usaba a cualquiera a mi alrededor para conseguir lo que quería.

Sé que mi historia suena similar a muchas. He estado encerrado durante dos años y apenas me estoy dando cuenta de lo enfermo que realmente estoy. Tuve que echar a perder una liberación laboral permiso de trabajo y ser enviado de vuelta aquí para ver por fin cuanta ayuda necesito. Cuando salga no sé a dónde voy a vivir, y eso me asusta hasta la muerte.

Estoy tratando de usar todos mis recursos para encontrar ayuda. Recientemente he leído el folleto de NA *Tras las Rejas* por primera vez. Pensé que me estaba contando mi historia! Me sentí tan cerca de cada una de las personas que compartieron sus historias en este folleto. Sé que necesito un padrino para trabajar el programa de NA, y estoy listo. Quiero cambiar, y sé que los pasos me pueden ayudar.

Voy a todas las reuniones y hago lo mejor que puedo. Sé que soy uno de los afortunados, porque todavía estoy vivo. He perdido un montón de amigos con esta enfermedad. ¡No quiero ser enterrado dos metros bajo tierra, quiero vivir limpio!

TF, FL

Querido *Reaching Out*,

Mi nombre es JC de Virginia. He leído las historias personales del Texto Básico muchas veces. Siento como si algunas de las historias hablan de mí. Así que aquí está mi historia: Desde muy joven, siempre quería ser el centro de atención. Mentía y robaba solo para que la gente se diera cuenta. Funciono al principio-luego la vida se volvió real para mí.

En tres años, murieron tres de mis abuelos. Uno de ellos era mi mejor amigo y uno de ellos murió justo en frente de mí. Luego me enteré que mi padres se estaban divorciando. Rebotaba de aquí para allá cada dos años. Empecé a actuar y a meterme en problemas. Estos comportamientos abrieron la puerta de mi adicción a las drogas.

Empecé a jugar con fuego. Fumaba cigarrillos, y luego “hierba”. Muy pronto me junté con otros chicos y empecé a faltar a clases. Quería terminar la escuela, pero seguía haciéndolo mal. Me pillaron robando en una tienda de licores y me enviaron a reuniones. Mi papá me llevaba, me veía entrar y pero tan pronto se iba, yo me escapaba. Mentí a la corte y le dije que terminé mis reuniones.

Me anularon los cargos y me fui a celebrar. Uno de mis amigos me preguntó si quería robar una tienda. Nos atraparon y fui a la cárcel. Cuando salí, no me mantuve limpio. Por último, mi papá me echó. Iba de lugar en lugar drogándome. Eventualmente terminé en un refugio donde me hacían ir a reuniones. Sentí que encajaba perfectamente.

Me condenaron a un año de cárcel y actualmente estoy cumpliendo mi sentencia. He aprendido mucho sobre mí mismo. Hoy puedo ser honesto; tengo emociones. Por encima de todo, tengo una opción. Ahora siento dolor, porque las drogas se han ido, ¡pero al menos siento! Voy a mantenerme limpio, sólo por hoy, porque creo que esta es la voluntad de Dios para mí. Gracias, NA.

JC, VA

Querido *Reaching Out*,

Tengo 53 años y he pasado la mayor parte de mi vida en cárceles e instituciones. Empecé a usar drogas cuando tenía 17 años y graduado de la escuela secundaria. Yo no sabía lo que quería de la vida, por lo que he dedicado mi vida a las drogas y la delincuencia. Mi "reclamo a la fama" era que podía manejarlo.

Seguí usando por 36 años. Como víctima de un incesto, me sentía avergonzada y sucia. Las drogas era la única respuesta, hasta ahora. Este programa me ha dado una simple descripción de lo que tengo que hacer para recuperarme y me ha mostrado pruebas de que funciona. Hoy en día, yo quiero vivir una vida limpia. Quiero ser libre de la esclavitud de las drogas.

JCA, NJ

Querido *Reaching Out*,

Mi nombre es WB y soy un adicto de 21 años de edad. Actualmente estoy cumpliendo una pena de prisión de tres años. He encontrado NA en el interior, después de luchar con la adicción a las drogas desde la edad de 14 años. Con los años, mi enfermedad avanzaba. He estado entrando y saliendo de las cárceles y hospitales, y ahora estoy en la cárcel.

Mi adicción me ha llevado a perder todo lo que he amado, incluyendo a mi hijo. Tiene casi seis años, y he perdido un montón de recuerdos con él a causa de mi adicción a las drogas. Ahora, porque yo estoy limpio y trabajo conmigo mismo, soy capaz de hablar con él por teléfono. He estado encarcelado durante seis meses. Me perdí su graduación de preescolar, ahora se dirige al jardín de infantes.

NA ha ayudado a darme esperanza. Se me ha demostrado que los adictos pueden recuperarse. No importa cuáles sean tus circunstancias, programa de NA puede devolverte el sano juicio. La adicción a las drogas controlaba cada parte de mi vida. Cuando llegué a la cárcel y estuve limpio, ¡me di cuenta de que no hay peor cárcel que la de mi propia mente!

Ahora estoy aprendiendo a vivir una vida mejor sin drogas. ¡NA me ha ayudado a cambiar de muchas maneras! Tengo una mejor perspectiva y una mayor tolerancia con los que me rodean. Estoy tan agradecido por lo que NA ha hecho por mí que trato de animar a otros. Ser un miembro de NA significa que soy libre para ser yo mismo y que no seré juzgado por las cosas que he hecho en el pasado. Se siente muy bien saber que hay otros como yo, que han pasado por experiencias similares. NA nos permite compartir nuestras historias y darnos esperanza mutuamente. Le debo mucho respeto y agradecimiento al programa de NA. Gracias.

Su amigo, WB, GA

Querido *Reaching Out*,

Soy un adicto en recuperación nombrado MP. Estoy encarcelado en Pennsylvania, pero soy originario de Maryland. Yo estaba involucrado en NA antes de que me encerraran, pero no estaba limpio. Me gustó el servicio y era muy activo en mi grupo, pero no trabajé los pasos. Tenía un padrino, pero sólo de nombre. Ahora, he estado aquí tres meses. Como cosa del destino, aquí hay un pabellón de drogas y alcohol. De hecho, hay que llenar una solicitud para obtener cupo, ya que son pocos y la necesidad es grande. Con tanto tiempo en mis manos, hoy sí estoy trabajando los pasos. Ahora veo la necesidad del servicio, el padrinazgo y el trabajo de pasos a fin de trabajar un programa honesto. Para terminar, me gustaría decir que el cliché de "sigue viniendo" realmente funcionó para mí. ¡Hoy en día, estoy muy agradecido y lleno de esperanza!

MP, PA

DESDE AFUERA



Querido *Reaching Out*,

Necesitaba algo más en mi programa de recuperación. Me sentía vacío e insatisfecho yendo sólo a las reuniones regulares. Fui al comité de HeI para ver si podía devolver algo. El comité me ha salvado del aislamiento y del egoísmo. HeI ha añadido a mi recuperación recordatorios positivos de que, si bien tengo la enfermedad de la adicción, ya no estoy sufriendo. A través de HeI, yo soy capaz de salir de sí mismo y llevar un mensaje de recuperación. Que puedo dar de mi tiempo libremente. He encontrado la compasión que nunca pensé tener.

Mi experiencia en el servicio con HeI comenzó fui encargada de literatura de HeI en mi área durante dos años, seguida de varios otros compromisos, entre ellos el de secretaria de una reunión en la cárcel de mujeres de la localidad. En la actualidad, tengo un pequeño compromiso para hablar en el Campamento de Fogatas por lo menos cuatro veces al año.

Una experiencia que me gustaría compartir que sucedió al final de una reunión. Se me acercaron algunas reclusas. Una mujer quería saber cómo se suponía que debía mantenerse limpia el día en que saliera. Estaba asustada. Ella me recordó que mantenerse limpia es más fácil que llegar a estarlo. Yo estaba muy emocionada y de repente sentí compasión por la adicta que todavía sufre.

Mi mensaje para las personas en el interior: la recuperación te está esperando ahora mismo. Puede que no te golpee en la cabeza. Puede que necesites buscarla, como antes buscabas drogas. Viaja cualquier distancia para hacer que este programa funcione. Búscala todos los días y mantenla fresca. No hay ninguna seguridad de que, en NA, que nunca volverás a usar. Depende de ti, un día a la vez.

En servicio amoroso, SM

Querido *Reaching Out*,

Mi introducción a Narcóticos Anónimos llegó a través de un panel de HeI que llegó a la cárcel del condado. Yo tenía 51 años y siempre iba a la cárcel, me desintoxicaba, y volvía a salir. Ese panel de HeI me mostró que había otra manera de vivir. Ahora, tengo 13 años limpio. HeI ha cambiado mi vida. Gracias a NA, esa fue mi última desintoxicación, en la cárcel o en cualquier otro lugar.

Una Navidad, un compañero adicto me pidió que hablara en un panel de HeI en una unidad de desintoxicación. La experiencia me recordó cómo se sentía estar enfermo y

solo en días festivos. Más tarde, fui el coordinador del panel de HeI de dicha institución. Sigo tratando de encontrar un panel en Navidad o Año Nuevo. Es mi forma de devolver este milagro de la recuperación.

Si yo pudiera decir una cosa a los adictos que están encerrados, sería la siguiente: ¡Mantente limpio y cambia tu vida, no necesitas regresar adonde estuviste!

Anónimo

Querido *Reaching Out*,

Hace unos 34 años, el 16 de junio de 1978, me recogieron en la cárcel del condado y me llevaron a un centro de tratamiento, con todo lo que tenía en una pequeña bolsa de papel. Mi hija había sido "rescatada" y llevada a un servicio social, mi carro/casa estaba de lado en una zanja de drenaje, y nadie, ni siquiera el juez local que me había declarado un "ser humano patético," quería tener nada con conmigo. Decir que me sentía sin esperanza cuando llegué al centro de tratamiento, con puntos de sutura en ambas muñecas, sería un eufemismo.

Pero, poco a poco, las cosas empezaron a cambiar. La gente de allí realmente parecía preocuparse por ayudarme a volver a encarrilar mi vida. Era como si vieran algo en mí con lo que yo había perdido contacto años atrás. A diferencia de otros lugares que había estado en mi vida, aquí realmente parecía querer que me quedara. La confianza que tenían en mí me dejó alucinada. Me ayudaron a recuperar mi licencia de conducir y me dejaron conducir sus autos. Organizaron visitas con mis hijos, y me enviaron a la escuela para padres. Incluso me dieron un trabajo en los turnos nocturnos en el programa residencial y contestar el teléfono en el programa ambulatorio. Comencé a hacer pagos de restitución y a ir a la escuela. Encontré un padrino y comencé a trabajar los pasos.

Dieciocho meses más tarde, tuve la oportunidad de traer a mi hija de regreso a "casa" a vivir conmigo. Llevé mi fe a la práctica al convertirme en la madre que mi pequeña hija merecía. Cuando mi hija nació en 1970, ella, su padre y yo éramos todos los adictos a la heroína. Hoy en día mi hija está felizmente casada. Ha vivido y viajado por todo el mundo. Ella fue la primera persona en ambos lados de su familia en graduarse de la universidad y fue mi inspiración personal para convertirme en la segunda. Este verano, ella va a traer a mis tres hermosos nietos a visitar la casa de su abuela; ¡casi no podemos esperar!

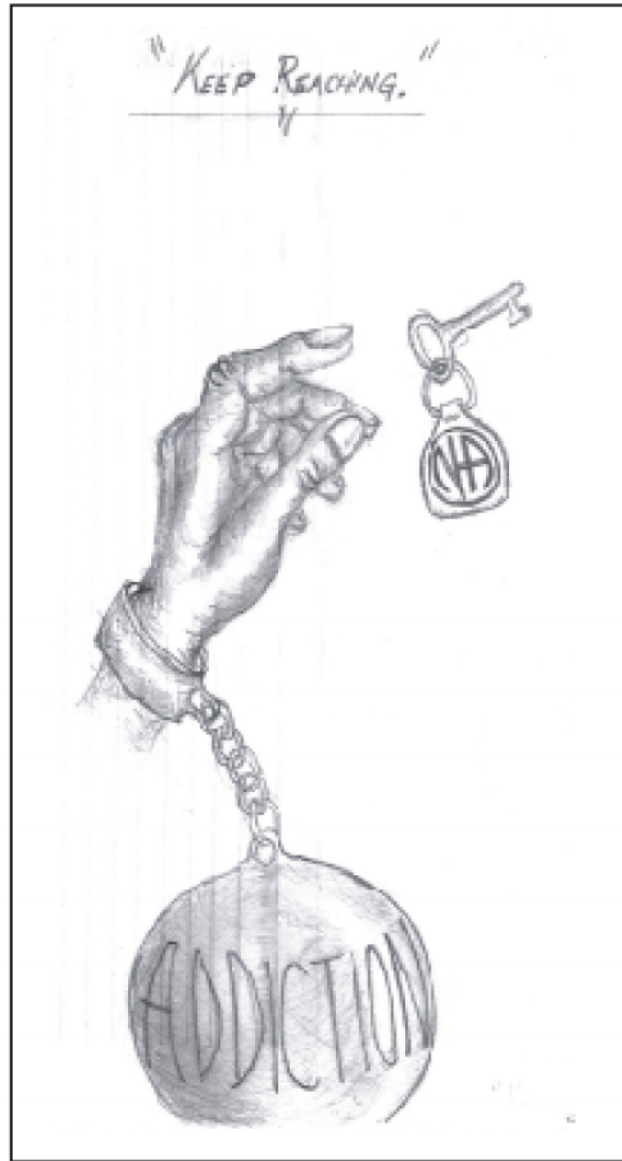
Mi corazón está lleno de amor y gratitud por que estos tres hermosos niños pudieron crecer en un ambiente que todos los niños merecen, donde son nutridos, amados y se les permite ser niños. Su entorno está libre del dolor de ver marchitarse y morir frente a sus pequeños ojos inocentes a las personas que más aman. Ni mi madre ni mi abuela tuvieron jamás la oportunidad de experimentar ese tipo de ambiente.

Le debo todas nuestras vidas al tratamiento y la atención que recibí en ese centro de tratamiento todos esos años, y Narcóticos Anónimos por el constante apoyo que he recibido todos estos años desde entonces. Mi oración es que este mensaje le dé a una persona que cree que no es posible convertir su vida, la valentía de alcanzarla y contactar a alguien que sabe sí es posible.

JF, CA

Muchos miembros de NA, grupos y comunidades diseñan arte orientado a la recuperación. Nosotros creemos que llevar el mensaje de recuperación es una actividad creativa, y las imágenes proveen un mensaje poderoso de la libertad que podemos encontrar en NA.

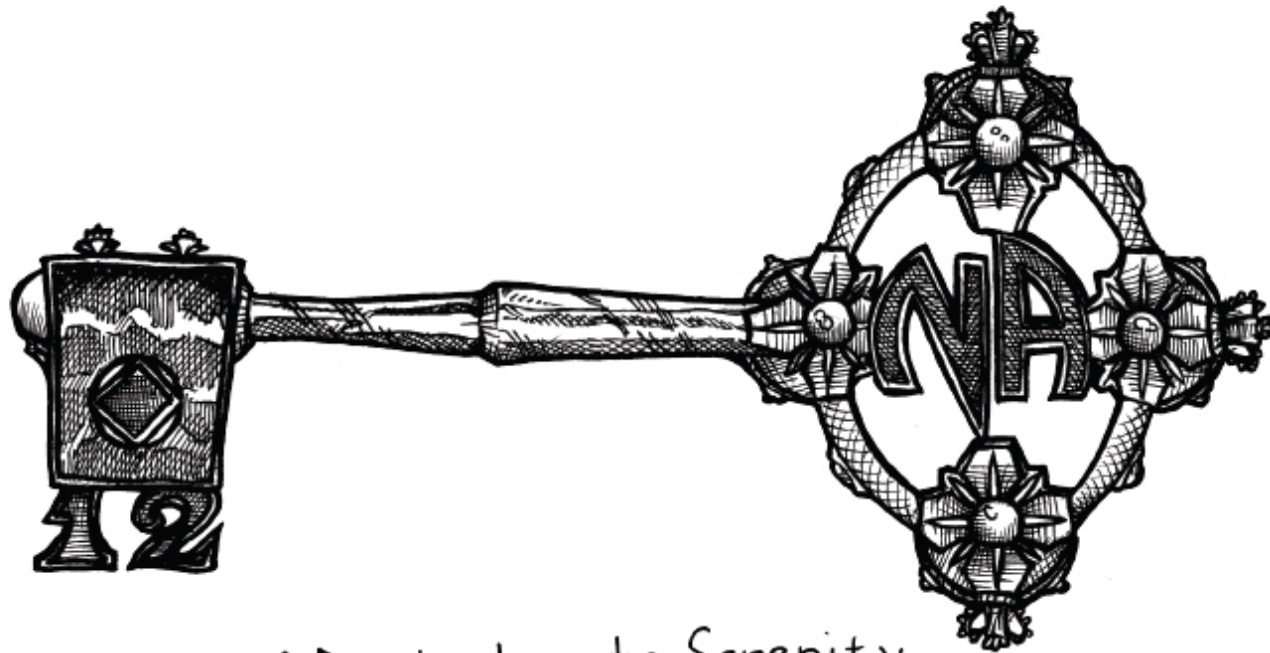
ARTE DESDE AFUERA



MP, PA

DESDE ADENTRO

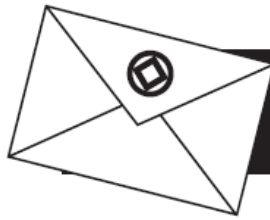
ARTE



NA: the key to Serenity

BK, NE

Si te gustaría ver tu arte impreso aquí, por favor enviar archivos jpeg o pdf a HandI@na.org o por correo postal a:
Reaching Out, c/o Na World Services; PO Box 9999; Van Nuys, CA 91409.



ADENTRO / AFUERA

Estás invitado a enviar tu historia al boletín trimestral de NA, *Reaching Out*. Estamos buscando la experiencia de los miembros de NA cuya recuperación se ha mejorado mediante el trabajo con los adictos que están buscando la recuperación tras los muros. Cuéntanos acerca de tu experiencia de servicio de H & I, pasada y presente. Si eres un adicto en prisión cuya vida ha sido tocada por un voluntario de Hel, ¡por favor dale este formulario y diles que necesitamos su historia para *Reaching Out*!

¿Por qué te involucraste con H & I? _____

¿Qué impacto ha tenido Hel en tu recuperación? _____

¿Tienes alguna experiencia particular de Hel que te gustaría compartir? _____

¿Qué le dirías a los adictos en el interior? _____

¡Gracias por compartir! Tu experiencia con el programa de NA puede inspirar a otros adictos que buscan el compañerismo y la recuperación.

Por favor, envía tu historia a:
Servicios Mundiales de Narcóticos Anónimos,
PO Box 9999, Van Nuys, CA 91409,
o a HandI@na.org.

Para descargar el pdf de esta hoja de trabajo, vaya a
http://www.na.org/?ID=reaching_out-index



“Cuando al final del camino nos damos cuenta de que no podemos seguir funcionando como seres humanos, ni con drogas ni sin ellas, todos nos enfrentamos al mismo dilema: ¿Qué queda por hacer? Parece que hay dos alternativas: o continuamos lo mejor que podamos hasta el amargo final (cárceles, hospitales o la muerte) o encontramos una nueva manera de vivir. Años atrás, muy pocos adictos pudieron escoger esta segunda posibilidad. Hoy en día tenemos más suerte. Por primera vez en la historia, existe a disposición de todos nosotros un sencillo programa espiritual — no religioso — llamado Narcóticos Anónimos, que ha entrado en la vida de muchos adictos.

Narcóticos Anónimos, "Sí, nos recuperamos"

FORMULARIO DE SUSCRIPCIÓN

Reaching Out es un boletín de noticias trimestral, orientada a la recuperación a disposición de forma gratuita a los adictos en prisión través de los Servicios Mundiales de Narcóticos Anónimos. Si té estarás en prisión por lo menos seis meses más y te gustaría una suscripción gratuita a *Reaching Out*, llena y envía el siguiente formulario.

Reaching Out también está disponible por una suscripción múltiple de 20 copias a un costo de \$ 32.60 al año. Si estás interesado en la compra de una suscripción múltiple, por favor completa el siguiente formulario y envíalo junto con un cheque o giro postal.

- Soy un adicto en prisión (y estaré internado por lo menos seis meses más) y quiero una suscripción gratuita a *Reaching Out*.
- Quiero comprar _____ suscripciones múltiples de 20 copias de *Reaching Out* a \$ 32.60 cada una, un total de \$ _____.

Nombre _____
(Escribe a máquina o en letra de molde)

Número de Identificación _____

Dirección _____

Ciudad _____

Estado / Provincia _____ Zip / Código Postal _____

País _____

Por favor, incluya un cheque o giro postal con su orden de suscripción múltiple.

Envíe por correo a:
Reaching Out
c/o Servicios Mundiales de NA
PO Box 9999
Van Nuys, CA 91409, USA