

Reaching Out

Volumen 27, Número 4

Octubre 2012



Bienvenidos

PAGINA 2

Desde Adentro

PAGINA 3

Desde Afuera

PAGINA 7

Hoja de Pedido

PAGINA 16

Del Editor

¡Bienvenidos a Reaching Out! Ya sea que estés viviendo tu recuperación desde el interior o desde el exterior, este boletín de noticias y cartas de los Servicios Mundiales de NA es para ti. Como lo dice nuestra literatura “El valor terapéutico de un adicto que ayuda a otro no tiene igual”. Reaching Out ha sido diseñado para ayudar a los adictos que se encuentran reclusos a conectarse con el programa de NA y para reforzar los esfuerzos de HeI.

Consta de dos secciones, “Desde Adentro” integrado por cartas de adictos reclusos que comparten su experiencia, fortaleza y esperanza, referente a cómo ellos han encontrado y mantenido su recuperación de la adicción a través de NA. En la segunda sección, “Desde Afuera”, miembros de NA que ya están afuera o que participan en subcomités de Hospitales e Instituciones, tienen la posibilidad de ofrecer su experiencia, fortaleza y esperanza. Muchas de estas cartas son de miembros profundamente comprometidos en llevar el mensaje de recuperación de NA a los adictos que son incapaces de asistir a reuniones de forma regular. También, puedes encontrar la experiencia personal de aquellos miembros que recibieron el mensaje de NA al estar encarcelados y que ahora disfrutaban de la vida en el exterior.

Por este medio, también deseamos animarlos a que nos hagan llegar colaboraciones para Reaching Out por parte de miembros y de Subcomités de HeI. Por favor, consideren que es preferible publicar escritos enfocados en cómo NA ha ayudado a individuos a recuperarse durante su reclusión, más que aquellos centrados en los horrores de la adicción. ¡Gracias por ayudarnos a pasar nuestro mensaje de esperanza! Envíanos tus colaboraciones a Reaching Out: NAWS, PO Box 9999; Van Nuys, CA 91490-9999; USA o mediante correo electrónico a: HandI@na.org.

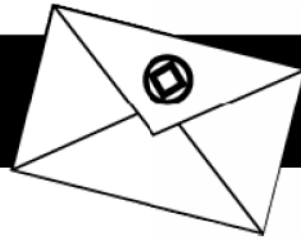
Comparte tu gratitud en *Reaching Out*! Necesitamos cartas de miembros que descubrieron NA estando encerrados y ahora mantienen su recuperación en el exterior. Si éste es tu caso, o tienes alguna historia conmovedora referente a HeI, por favor comparte tu experiencia, fortaleza y esperanza. En este número encontrarás un formulario en la página 14, diseñada para ayudar a las contribuciones de experiencias de nuestros miembros. Además, las herramientas de Reaching Out están disponibles en nuestra página web:

http://www.na.org/?ID=reaching_out-index

Nuestros plazos previstos por publicación son los siguientes:

Número	Fecha límite:
Enero 2013	15-October-2012
Abril 2013	15-Enero -2013
Julio 2013	15-Abril-2013
Octubre 2013	15-Julio-2013

DESDE ADENTRO



Querido *Reaching Out*,

Acabo de ser transferido de una prisión local a una estatal. Mientras me encontraba en la prisión local una persona de la estructura vino aquí mismo, a una junta. Yo, por obstinado, no asistí, pero un amigo sí fue y regresó con literatura. Yo ya había estado en rehabilitación, casa de medio camino, etc., pero había fracasado en mantenerme limpio, así que mi interés por NA era casi nulo en ese momento. Sin embargo, un par de publicaciones llamaron mi atención, una de ellos era *Reaching Out*. Me identifiqué con cada una de las cartas de uno u otra manera. La carta de SB de Kansas (EUA), realmente me impactó. La sensación de soledad era tan común para mí en este momento de mi vida, recientemente había enterrado a mi mamá, tan solo unos meses atrás. Y el estar encarcelado le da tiempo a uno de reflexionar.

Aun cuando no cuento con las *Guías para Trabajar los Pasos*, que tan desesperadamente quiero y necesito, de cualquier forma estoy trabajando los pasos. Actualmente estoy en el Cuarto Paso, el trabajarlo me ha llevado algunos meses, pero hacerlo por mi cuenta es, definitivamente, la peor manera de trabajar la recuperación. Necesito un padrino. Todos necesitamos un padrino que esté comprometido con la recuperación. Ese fue uno de mis primeros pasos para la recaída: sin apoyo, sin padrino. Pensé que podía hacerlo sólo. Pues bueno, ¡mírenme ahora! SB, ahora yo quiero lo que tú tienes. Tú historia me inspiró. He estado trabajando por mi cuenta desde que estoy en prisión, y saldré en menos de tres meses. Existe esperanza y comprensión, hay oídos que escuchan en NA y son mi única esperanza de recuperación. A ellos y a gente como SB de Kansas que comparten su experiencia, fortaleza y esperanza, ¡les doy las gracias!

Gracias *Reaching Out*, por lograr ser una publicación realmente de largo alcance.

CD, PA

Querido *Reaching Out*,

Actualmente estoy purgando doce meses. Intenté que se me concediera arresto domiciliario, pero el juez no me lo concedió. ¡Yo no lo podía creer! Estaba segura que mi sentencia había sido injusta. A través de NA y de mi Cuarto Paso, empecé a darme cuenta de cuál había sido mi parte en todo.

Solía burlarme de las mujeres que le agradecían a Dios el estar encarceladas. Gracias a NA me di cuenta de lo afortunada que era por tener una sentencia de doce meses únicamente; algunas personas ni siquiera cuentan con una fecha probable de liberación.

Aún cuando no me alegra el estar aquí, estoy aprovechando este tiempo para trabajar en mí. La cárcel me ha dado comida, ropa, refugio, lavandería, ética laboral y oportunidades de trabajo y estudio, por mencionar algunas. Ahora me doy cuenta de que el mundo no gira en torno mío. Y sí, le agradezco a Dios por una mejor perspectiva de mi situación. He escogido vivir a la manera de NA. Muchas gracias a ustedes por poner estos mensajes de recuperación y esperanza al alcance de personas como yo.

JL, LA

Querido *Reaching Out*,

Tengo 30 años de edad y he consumido desde los 14. Siempre tuve esta sensación de que lo que hacía estaba mal, desde el inicio lo supe. De pequeño nunca tuve amigos, y conforme fui creciendo apenas logré tener algunos. Desde que tengo uso de memoria mi autoestima ha sido muy baja. Fui rechazado por un familiar tras otro, mientras mi mamá y mi papá estaban de fiesta, consumiendo. Siempre me pregunté que había malo en mí, por qué nadie quería ser mi amigo. Mi papa murió en el 2010 de esta enfermedad, siempre sentí que él no me quería. Mi mamá seguía en lo mismo, y cuando estaba con ella nunca sentí realmente que me quisiera cerca. Todo lo que yo buscaba era sentirme amado y aceptado.

A los 16 años tuve mi primer contacto con las drogas, que convirtieron mi vida en una espiral cuesta abajo. Cuando empecé a consumir conocí gente que creí mis amigos. Lo más chistoso es que cuando consumía ya no me importaba tener o no tener amigos. Pensé que por fin todo estaba bien porque podía hablar con las mujeres, sentirme parte del grupo y ya no sentía dolor.

Debido a mi adicción, he entrado y salido de prisión desde los quince años. La última vez que salí de la cárcel asistí a una junta de AA y me comprometí verdaderamente, pero después de un tiempo me di cuenta que no podía identificarme del todo con los alcohólicos. Cuando me encerraron esta vez, un amigo me trajo el Texto Básico y ¡me sentí identificado con todo lo que ahí está escrito! De repente me encontré a mí mismo leyendo el libro todo el tiempo, me ayuda en mi recuperación ya que aquí no tenemos juntas.

Del capítulo “¿Qué Puedo Hacer?” fue un consuelo descubrir que puedo iniciar mi programa aquí mismo. Cuando salga, ya no quiero ser una persona desamparada, sin hogar que no sabe dónde obtendrá su próxima comida. Lastimé a aquellos que me amaban, me alejé de mis hijos y me aislé de todos. Nunca me había sentido tan dañado y solo como en esta última ocasión, trataba de parar pero no podía. Siempre regresaba al consumo.

Cuando leo la literatura de NA, entiendo y me identifico con las palabras. Me ayuda a permanecer en contacto conmigo mismo y con lo que realmente siento y pienso. Me ayuda a sentir que no estoy solo y me da esperanza de una vida mejor. Tan solo puedo imaginar lo que el programa hará por mí cuando esté afuera. Aún no estoy seguro del destino de mis batallas legales, pero con Dios y con la gente de los grupos tengo la garantía de que todo irá bien y que estaré listo para el exterior, cuando sea el momento.

Un compañero adicto,
LW, VA

Querido *Reaching Out*,

Mi nombre es KM y soy adicto. Estuve entrando y saliendo de los grupos durante años, pero nunca trabajé el programa. He estado encarcelado de un estado a otro, huyendo de mis problemas. A través de NA descubrí que el problema soy yo.

Sabía que esta vez tendría que establecer un compromiso verdadero para mantenerme limpio. Me arrestaron en 2007, y cuando llegué por primera vez a este pabellón sólo había una junta de NA a la semana. El día de hoy, gracias a mi Poder Superior, a los miembros de NA que están aquí y a uno de nuestros consejeros, ¡contamos con tres juntas a la semana! Me he dado cuenta que llevando el mensaje y dando servicio es como me ayudo a mí mismo.

He estado limpio por 33 meses. Tengo un padrino, trabajo los pasos y ayudo al recién llegado. Ser un miembro de NA es grandioso. Es una nueva manera de vivir, una que atesoro. A aquellos que buscan ayuda, pueden mantenerse limpios si así lo quieren. Dense ustedes mismos una oportunidad llevando a cabo este sencillo programa. De lo único que me arrepiento hoy en día es que no tomé con seriedad el programa desde el primer momento.

Aún faltan alrededor de dos años y medio para cumplir mi sentencia, lo que aprovecho, cada día, para ir construyendo una base sólida para mí. Gracias *Reaching Out*, por tus cartas y tu apoyo. Los necesito y los amo.

KM, AZ

Querido *Reaching Out*,

Mi nombre es ML y soy adicto. He estado limpio cuatro años y medio y tengo 39 años de edad. Me comprometí con el programa de NA porque quería aprender a vivir sin drogarme y conocer otra manera de vivir. En NA he aprendido que ya no tengo por qué usar drogas ni recurrir a ellas – pase lo que pase.

Por supuesto que me han ofrecido sustancia aquí en prisión, pero he sido capaz de decir no. Estoy aprendiendo como vivir una vida mejor sin drogarme.

Consumir es una muerte lenta, como dice la literatura – cárceles, hospitales y la muerte. Nuestra enfermedad es progresiva. Así que ni siquiera estar encarcelado es peor que estar aprisionado en nuestras propias mentes.

ML, CA

DESDE AFUERA



Querido *Reaching Out*,

El martes 13 de marzo de 2012, crucé por primera vez la aduana del aeropuerto de México. Tan pronto como atravesé las puertas, EW, un compañero de NA de Arizona (EUA) estaba esperando para recibirme. Mi vuelo venía retrasado así que comprendí cuando me dijo, “¡Apúrate! Vamos tarde para la junta. Debes cambiarte de pantalones.” Luego me llevó donde se encontraba un pequeño miembros de NA, amigos que yo aún no conocía. Saqué algo de ropa de mi maleta y corrí al baño a cambiarme, dejando mi laptop y gran cantidad de suvenires de NA al cuidado de cinco personas que apenas había visto por primera vez. (¡SÓLO EN NA!!!!)

Mi nueva amiga EV, una mujer de increíble fortaleza, valor e integridad, nos llevó a Ed y a mí a la prisión. Mis pants no eran los adecuados, así que tuve que ir a una camioneta a rentar por \$20 pesos un par de pantalones que tenían el cierre roto y los ruedos rasgados. Pase una vez más por todos los rituales para tener acceso a la prisión como servidor voluntario. Había numerosos guardias portando armas automáticas. EW y yo tuvimos que cargar a EV en su silla de ruedas por varios tramos de escalera. Yo trataba de absorberlo todo, los uniformes de los guardias, las medidas de seguridad, los colores, los sonidos, los olores. Así es, aún en México una prisión huele igual que las prisiones de otros países.

Por fin llegamos al lugar de la junta, la cual ya había comenzado. Aunque los compartimientos eran en español y yo no hablo bien ese idioma, comprendía el lenguaje del corazón que fluía de las voces de esos hombres. Al principio no quise compartir, pero después de que EW habló trasmitiendo un elocuente mensaje, dejándoles saber a los hombres que estaban en esa junta que ellos eran una parte fundamental e importante de NA, recordé que yo también había venido para compartir.

Hablando despacio para que me pudieran traducir fácilmente, comencé a compartir un mensaje sencillo y claro. Les pregunté a aquellos hombres si les gustaban sus almohadas, si sus colchones eran cómodos, si les gustaba la ropa que llevaban puesta y algunas cosas más por el estilo. Y en seguida les pregunté “¿No merecen algo mejor que esto?” La mayoría asintió, “¡Sí!”.

Mientras veía sus caras, me di cuenta de algo, fue una sensación que creció en mis entrañas y se fue propagando por todo mi cuerpo. Entonces, un conocimiento invaluable se hizo evidente para mí.

Cuando iba entrando a la prisión, había visto los rostros de los visitantes que iban de salida. Sus rostros reflejaban dolor, desesperación, vergüenza, degradación,

resignación y una gran cantidad de emociones negativas. Entonces recordé cómo yo había causado el mismo dolor y sufrimiento a mis seres queridos, mientras recordaba a estos hombres que ellos eran el motivo por el cual sus esposas no tenían maridos que las abrazaran y sus hijos no tenían un padre que los educara; y que su comportamiento había sido causa de dolor para aquellos a quienes ellos amaban. Compartí entonces como todos nos encontrábamos en esa habitación debido a las decisiones que habíamos tomado en algún momento, y que algunas de esas decisiones nos permitirían regresar a casa en un par de horas, mientras algunos vivirían con las consecuencias de sus acciones que los mantendrían encerrados un tiempo más largo que a otros. Todos tenemos la misma opción en este momento: mantenernos limpios ahora. Dije, “Siempre es justo ahora. Si no consumimos nada que cambie la manera en cómo nos sentimos en este momento, permaneceremos limpios.” Al salir de la prisión con EV y EW me sentí sobrecogido una vez más por ese sentimiento de gratitud que experimento por estar limpio y ser libre, ya no estoy esclavizado por la adicción activa y sus consecuencias. Esa noche fuimos a una junta en la ciudad. A la mañana siguiente partimos para la Convención de NA, la cual fue sumamente divertida. Ahí, mi querido amigo y yo impartimos el taller *Sirviendo con Amor* (“Service with Love”). Fue tan gratificante el sostener la mirada con una adicta que estaba escuchando un nuevo punto de vista el cual le daba otra perspectiva, el ver cómo se modificaban actitudes al ser traducidas mis palabras, el hablar de ideales y percibir cuanto me falta para alcanzarlos. El descubrirme y mostrarme ante esas personas, que aun cuando no hablamos el mismo idioma, encontramos la manera de identificarnos mutuamente y transmitirles el cómo hacer del servicio algo atractivo y divertido.

Durante esos días hice muchos amigos nuevos y aprendí la forma correcta de saludar a los Amigos de NA “*a la Mexicana*”, con un apretón de manos seguido de un abrazo al lado izquierdo, de-corazón-a-corazón, seguido de otro apretón de manos. Mi último día en México fue de lo más emocionante, nos encontrábamos en la parte superior de un centro comercial cuando un temblor empezó a mover el edificio. Mi amiga EV dijo, “Está temblando. ¿Qué hacemos?” EV, una mujer de gran valentía, se encontraba en su silla de ruedas, así que supuse que no podríamos bajar rápidamente para salir del lugar. Practicando el principio espiritual de ecuanimidad, le respondí, “¿Crees que el edificio vaya a caerse?” Ella dijo, “No”. Le contesté “Entonces terminemos de comer.” Fue un verdadero momento de fe y rendición.

Al llegar a casa recibí una llamada recordándome que me habían invitado a compartir a una prisión de EUA, la tarde siguiente. Al estar ahí, les leí a esos hombres un artículo de un boletín de recuperación. Luego les compartí mi

experiencia de haber participado en una junta de NA en una cárcel mexicana. Pude sentir como mi corazón se reconfortaba al compartir esa experiencia con ellos y al exponerles las ilimitadas posibilidades que podrían enfrentar si se mantenían limpios al salir de ahí.

No hay retos que no podamos vencer estando en recuperación. Tal vez no obtengamos los resultados que queremos o que esperamos, pero experimentaremos la voluntad de Dios en nosotros. Una vez más salí de ahí sintiendo mi corazón y mi alma satisfechos y dediqué tiempo a contar mis bendiciones, una de las cuales es tener la facultad de ser agradecido. Al día siguiente acudía a mi cita con el oncólogo. Él me recordó lo afortunado que soy de haberme librado de un tipo raro y agresivo de cáncer. Esa es una más de las bendiciones con las que cuento al haber puesto los resultados en manos de mi Poder Superior. “GRACIAS NARCÓTICOS ANÓNIMOS!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!”

JR, CA

Querido *Reaching Out*,

Mi nombre es CT, estuve en prisión durante diez años por un cargo de tentativa de homicidio. Vivo en Hawai, y cuando cometí el crimen me encontraba inmerso en mi adicción. No me importaba nada, no me importaba yo y sentía que el mundo era culpable de mi mala suerte.

Durante mi encarcelamiento, supe de esas juntas para lidiar con adicciones. Al principio pensaba que eran reuniones de la iglesia o que se trataba de gente que quería salvarme. Estaba equivocado; las juntas de NA estaban llenas de convictos como yo que no sabían hacer otra cosa más que consumir y terminar en prisión. Aun cuando en ese momento me encontraba a punto de conseguir mi libertad condicional, hasta ese punto de mi vida nunca había considerado dejar de consumir. En las juntas de NA había hombres que eran adictos a drogas de las consideradas “duras”, solo que ahora actuaban diferente, no eran iracundos ni agresivos. Hablaban de cambios, de reformarse.

Logré la libertad condicional y me pusieron en observación por seis años, lo que significaba que si cometía un delito me regresarían a purgar mi sentencia completa. Mi abogado me sugirió que asistiera a juntas de NA. Durante seis meses asistí semanalmente a escuchar. Un día me pidieron que entregara los llaveros, lo que me produjo temor. ¿Cómo podría hacerlo? Todo lo que los miembros del grupo me pedían era solamente que lo intentara, y que ellos me ayudarían. La siguiente semana me tocó estar a cargo de los llaveros nuevamente. Poco tiempo después, me dieron el servicio de llaveros para el Grupo. Yo tenía planeado sólo presentarme en las juntas, escuchar, tomar lo que me compartían e irme. Bueno, pues después de

seis meses, el grupo me pidió que fuera el secretario, yo no acepté debido a mi timidez. Pero con tal de que me dejaran en paz, por fin acepté ser el Secretario. Ese compromiso se convirtió en un año de Servicio y después ya no quería dejarlo. Hacían falta juntas del otro lado de la isla donde yo vivía, así que les pedí a algunos compañeros que me ayudaran a empezar una nueva junta. Me alegra compartirles que esa junta ya cumplió dos años y varios seguimos asistiendo.

Cumplí ocho años limpio el mes pasado y aún me quedan dos años de libertad condicional. De ninguna manera habría logrado esto sólo, sin NA. De eso estoy seguro.

Gracias por hacerme llegar el mensaje de NA cuando más lo necesitaba. Gracias por enseñarme como cuidar de mi mismo. Mis hijos están de nuevo en mi vida, lo cual a veces me resulta complejo, pero nunca comparado a como el consumir hacía que todo se tornara más complicado.

CT, HI

Querido *Reaching Out*,

Mi nombre es A y soy una mujer en recuperación. Empecé a consumir cuando mi esposo falleció. A partir de entonces consumía constantemente. Me sentía deprimida, recordaba a mi marido. Esa era mi excusa para consumir. Pensé que me moriría consumiendo.

Pero llegó el día en que ya no estaba bien físicamente. Aun cuando trataba de parar, siempre volvía a consumir – solo una más.

Empecé a estar más y más desesperada, hasta que recordé que una de mis amigas me había compartido su experiencia y que ahora se encontraba en recuperación.

La busqué y hablé con ella, y me dijo “Tienes que tomar la decisión. ¿Quién quieres ser y qué quieres hacer?” Decidí que quería algo diferente, y entonces fue cuando me llevaron a NA.

Al poco tiempo de haber llegado, asistí a una junta del subcomité de HeI del área y decidí unirme a ese subcomité.

El estar en recuperación y ser servidora del comité de HeI, me ha enseñado mucho de mí misma. Hasta he logrado hacer amistad con otras mujeres en NA.

El estar sirviendo en HeI me ha ayudado con mi recuperación. Asisto a mi panel sin faltar cada mes, teniendo la oportunidad de llevar esperanza a aquellos que se sienten desesperados, sin autoestima sin confianza en ellos mismos, y les hago saber que los sueños sí se vuelven realidad.

Hoy sé que una de las cosas más importantes que puedo hacer es asistir a NA y a las juntas de HeI. Me confirma que mi Poder Superior puede obrar milagros en mi vida. Gracias, Dios.

Estoy realmente agradecida con NA y con HeI.

AC, India

Querido *Reaching Out*,

Hola, mi nombre es B y soy de Tennessee (EUA), asisto a juntas de Narcóticos Anónimos en mi localidad. Como regla personal no suelo escribir a las personas que están en prisión; pero ya que estuve "adentro" durante nueve años, pienso que estoy calificado para compartirles mi experiencia, fortaleza y esperanza. A la edad de 18 años, me encontraba en muy mala forma debido a mi consumo de drogas y alcohol. Mi manera de vivir, y de alguna manera mi lema, era que la música de rock y las drogas eran lo máximo. Todos mis amigos hacían lo mismo. A pesar de que mi inteligencia era por encima del promedio y que también era un buen atleta, mi vida iba en una espiral descendente. Aún así logré graduarme de la Universidad, donde mi mayor meta fue estar intoxicado todas las noches. Experimenté toda la confusión emocional y mental por la que atraviesan la mayoría de los adictos, incluyendo malas relaciones y el desperdiciar buenas oportunidades de trabajo. Mis primeros roces con la ley resultaron en cortas estancias en la cárcel local.

Mi acercamiento a la recuperación llegó por medio de otra confraternidad que me ayudó a permanecer abstinente un par de años a finales de mis treintas. Me casé con una mujer buena y decente. Pero la vida me deprimía y tan solo iba a la otra confraternidad. Aun cuando mi vida empezó a mejorar, no me interesé por los principios espirituales; hoy estoy aprendiendo respecto a la honestidad, receptividad y buena voluntad, los cuales son muy importantes.

Empecé a tener problemas de salud por correr de manera obsesiva, olvidarme de descansar y trabajar demasiadas horas; descuidé a mi familia y el disfrutar la vida sin usar drogas, ni alcohol. De hecho, no entendía como la gente vivía la vida sin usar; aún no había tenido contacto con NA. A la edad de cuarenta años, abandoné a mis hijos y a mi esposa, encontré nuevas drogas y nuevas maneras de degradarme y de ser humillado. Había perdido todos mis valores morales y sólo vivía para consumir, lo que me llevó a una época de entrar y salir de cárceles durante varios años. Si digo que estaba loco me quedaría corto. Perdí todo por lo que había trabajado o que era importante en mi vida, ya no valía nada como ser humano.

Lograba ciertos periodos de sobriedad mientras asistía a AA, los que me permitieron mejorar mi vida, pero mi enfermedad de adicción se manifestaba en una

obstinación desbocada para conseguir todo lo que yo quería. Finalmente fui llevado a NA en Enero de 2010, y estuve limpio por 14 meses. Pero tomé como excusa un dolor crónico y no me rendí al Dios de mi entendimiento. En esos 14 meses logré algún progreso, pero recaí con medicamentos hasta que regresé el 3 de febrero de 2011. Hablé con mi padrino, recibí un llavero blanco, y por fin, por medio de la gracia de mi Dios, me derroté ante mi pasado y sinceramente pedí ayuda a mi PODER SUPERIOR. Empecé a hacerme cargo de algunas reuniones y eventualmente me dieron el servicio de Secretario en mi Grupo habitual de NA. El secretario de un grupo en NA, sencillamente es alguien que desea regresar lo que se le ha dado y está a cargo de la junta.

Llevar a cabo estos pequeños pasos, el por fin hacer algo diferente, positivo y responsable, me permitieron entrar en contacto con una maravillosa confraternidad e inicié una nueva forma de vida la cual es mucho mejor. Mi padrino y yo aún asistimos a juntas de AA, incluso trabajo en la casa club de AA, pero la mayor parte de mi recuperación la he obtenido de escuchar a otros adictos, de intentar ayudar al adicto que aún sufre y de esforzarme por lograr un progreso espiritual en mi vida. Toda mi vida está cambiando y esto es gracias a los adictos en recuperación, quienes son muy importantes para mí, y que continúan dándome cariño y esperanza. Le debo mi vida a este programa y a mi poder superior al que llamo Dios. Ahora me hago cargo de mis padres que ya son mayores, y cuento con la confianza de mucha gente, cuidado de mí de una manera que nunca antes lo había hecho.

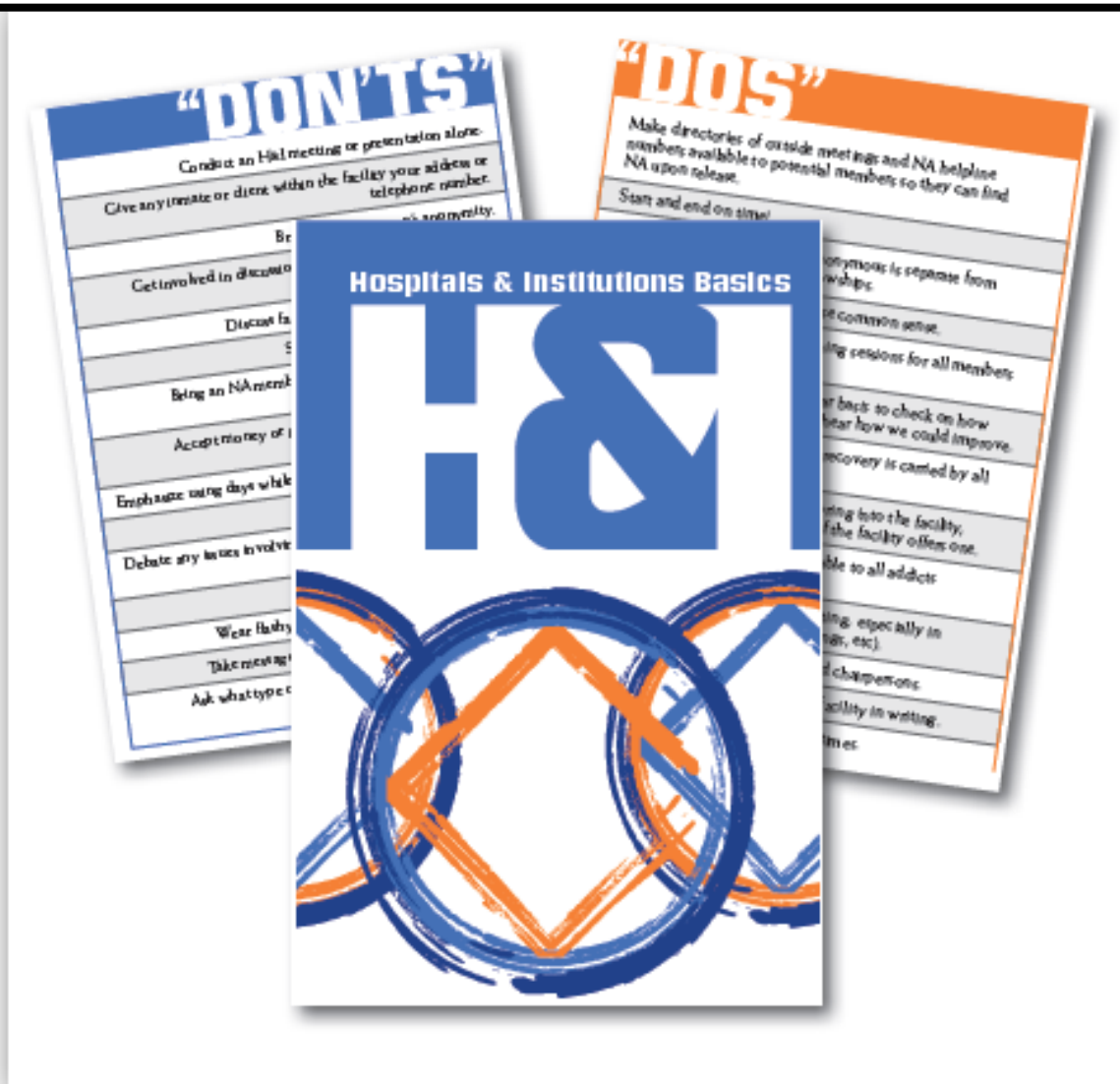
He iniciado nuevamente una relación con mi hija de 18 años. Tenemos un importante lema: “Sólo por hoy puedo mantenerme limpio y dejar que mi Dios se haga cargo del mañana.” Es un verdadero privilegio escribirles a ustedes. Aún tengo mucho en que trabajar, pero no pasa nada porque el día de hoy todo está bien. Yo pasé por donde ustedes han pasado, y la sensación es terrible, pero todo pasa. Traten de asistir a todas las juntas de recuperación que puedan, aférrense a la literatura de NA y oren. Si yo pude salir de las calles y mantenerme lejos de la cárcel, sé que ustedes pueden hacerlo mejor y mantenerse limpios. La recuperación lleva tiempo y paciencia, pero me gusta mi vida el día de hoy, cuento con verdaderos amigos y tengo metas. Aguanten, resistan; pueden lograr estar limpios, mantenerse y tener una vida de verdad.

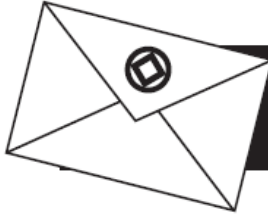
Su amigo en NA, B

ARTE DEL EXTERIOR

¡*Reaching Out* está intentando algo nuevo! Las comunidades de NA diseñan hermosas piezas de arte dedicados a la recuperación para comités, convenciones y eventos de NA. Creemos que llevar el mensaje de recuperación es un acto creativo. Y las imágenes logran tener un impacto poderoso del mensaje de libertad que podemos encontrar en NA.

Deseamos mostrar el arte del exterior. Nos gustaría nos enviaran archivos de jpg o pdf a HandI@na.org o por correo postal a: *Reaching Out* c/o Narcotics Anonymous World Services; PO Box 9999; Van Nuys, CA 91409.





ADENTRO / AFUERA

¡UN LLAMADO A TODOS LOS MIEMBROS DE HeI!

Por favor comparte tu historia en la publicación semestral de NA, Reaching Out. Estamos buscando a adictos en recuperación como tú, para que compartan su experiencia de haber encontrado y experimentado la recuperación en confinamiento y que han logrado mantenerla en el exterior. Tu historia conlleva un gran mensaje de esperanza para los adictos que se encuentran recluidos!

¿Cuál fue tu primer contacto con NA estando tras las rejas? _____

¿Cómo trabajaste el programa de NA en prisión? _____

¿Tienes alguna historia especial de HeI que quisieras compartir? _____

Describe cómo fue la transición de estar en la cárcel e incorporarte a la comunidad de NA en el exterior. _____

Cuéntanos cómo fue tu primera junta de NA en el exterior. _____

¿Cuáles beneficios de la recuperación has experimentado? _____

Gracias por compartir! Tu experiencia en el programa de NA puede inspirar a otros adictos que están buscando la recuperación y una confraternidad.

Por favor envía tu historia a:

Narcotics Anonymous World Services;

PO Box 9999; Van Nuys, CA 91409,

o al correo HandI@na.org.

Para descargar este formulario en pdf visita

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 se publica de manera trimestral, es un boletín orientado a la recuperación disponible de manera gratuita para los adictos que se encuentran en prisión, por medio de los Servicios Mundiales de Narcóticos Anónimos. Si tú permanecerás en prisión por lo menos seis meses más y te gustaría contar con una suscripción gratuita a *Reaching Out*, te pedimos completar el siguiente formulario y hacérselo llegar.

Reaching Out también se encuentra disponible mediante una suscripción anual (20 copias) con un costo de USD \$32.60. Si estás interesado en la compra de una suscripción, por favor completa el siguiente formulario y envíanoslo junto con un cheque o giro postal.

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

Nombre _____
(POR FAVOR llenar a máquina o en letra de molde)

Número de Identificación _____

Dirección _____

Ciudad _____

Estado / Provincia _____ Código Postal/Zip _____

País _____

Por favor, si se trata de una solicitud de suscripción anual, incluir cheque o giro postal.

**Envíe por correo a:
Reaching Out
c/o NA World Services
PO Box 9999
Van Nuys, CA 91409
USA**