

Reaching Out

Enero 2025



Bienvenido	_____	2
Desde Adentro	_____	3
Transitando	_____	7
Desde Afuera	_____	8
Formulario de Pedido	__	12

*"El corazón de NA
late cuando
Dos adictos comparten
su recuperación".*

Texto Básico, "Que es el Programa de NA"

Del Editor

Nos gustaría darles la bienvenida a todos ustedes al boletín de Servicios Mundiales de NA, *Reaching Out*. Esperamos que el contenido de este boletín le ayude en sus esfuerzos de recuperación o H&I. Hay tres secciones para llegar a *Reaching Out*. La primera sección, "Desde adentro", está llena de cartas de adictos encarcelados, compartiendo su experiencia, fortaleza y esperanza a medida que encuentran y mantienen la recuperación de la adicción a través de NA.

La segunda sección, "Desde afuera", es una oportunidad para que los subcomités de Hospitales e instituciones ofrezcan sus experiencias obtenidas al llevar el mensaje de recuperación de NA a los adictos que no pueden asistir a reuniones regulares. También puede encontrar la experiencia personal de aquellos miembros que escucharon el mensaje de NA en el interior y ahora están viviendo y disfrutando de la vida en el exterior.

La tercera y más reciente sección, "Transición del interior al exterior", presenta a los miembros que compten sobre la transición exitosa del tratamiento, un hospital o una institución a vivir en el exterior.

Alentamos las presentaciones para *Reaching Out* de los miembros y los subcomités de H&I. Tenga en cuenta que es más probable que publiquemos artículos que se centren en cómo NA ha ayudado a un individuo a recuperarse mientras está encarcelado en lugar de aquellos que se concentran en los horrores del consumo de drogas. Envíe todas las presentaciones a *Reaching Out*; SMNA, apartado de correos 9999; Van Nuys, CA 91409-9999; Estados Unidos, o a handi@na.org.

¡INVOLÚCRATE Y AYÚDANOS A LLEVAR A CABO EL PROPÓSITO PRIMONDIAL DE NUESTRA
CONFRATERNIDAD!

Nuestros plazos de publicación previstos son los siguientes:

Publicación	Fecha Limite
Abril 2025	15 De Enero 2025
Julio 2025	15 De Abril 2025
Octubre 2025	15 De Julio 2025

¿Sabías que las publicaciones electrónicas para ***Reaching Out*** son gratuitas?

Las nuevas publicaciones se le enviarán por correo electrónico cuatro veces al año.

Para inscribirse, visite www.na.org/reachingout



Desde Adentro

Estimado Reaching Out....

Mi nombre es K y soy adicto. Era adicto incluso antes de saber lo que es una persona adicta. Esta es una enfermedad para la que no hay cura. Sigo adelante, esperando y rezando para poder mantenerme abstinentes esta vez, para que esta vez sea la que aprenda a mantener mi recuperación para siempre.

Actualmente estoy encarcelado, violado por la libertad condicional y viendo la posibilidad de cumplir una tercera temporada en prisión. Antes de esto, sólo estuve libre un poquito más de cuatro meses. Conocí a una mujer y poco después tuvimos un hijo. Prometí que dejaría de consumir mi droga de preferencia. Pude dejar las drogas, pero sólo porque las reemplacé con la bebida. Esto me llevó a mi último arresto, por el cual ahora me enfrento a más tiempo.

Estoy aprovechando este tiempo en la cárcel lo mejor que puedo. Creo que Dios realmente hizo que esto fuera parte de mi camino, ya que aún no estaba listo para hacer lo mejor que puedo con mi libertad. Ahora estoy haciendo todo lo que puedo para crecer espiritualmente y obtener las herramientas necesarias para lidiar la enfermedad de la adicción. Voy a las reuniones de NA y a los grupos de asesoramiento sobre drogas. Hago los cursos de recuperación, paternidad y atención plena en nuestras tabletas. Rezo todos los días. La recaída ha jugado un papel importante en mi historia de mi recuperación, pero no me rendiré.

Un día, miraré atrás y diré: "¡Lo logré!". Voy a vencer esta enfermedad con el amor y el apoyo constantes de los miembros de NA. Ganaré. Gracias por preocuparte, Narcóticos Anónimos.

K, Anónimo

Estimado Reaching Out....

Mi nombre es KP. se me concedió una libertad temprana de la prisión. Hubo muchas celebraciones y felicidad de parte de mi familia, pero duró poco. Unos cuantos días después de estas noticias, la libertad me fue denegada y rescindió.

Tuve que enfrentar decirle a mi familia que no volvería a casa. Fue devastador, pero no recaí. Usé lo que he absorbido en NA por años como un miembro en prisión. La oración de la serenidad me ayudó a evadir una recaída. Mi limpio y claro corazón me permitió estar presente para mis seres queridos en el teléfono. pude ser su fortaleza y esperanza.

No era esa clase de hombre antes de Narcóticos Anónimos. Habría recaído y no hubiera estado disponible. No puedo expresar la profunda gratitud que tengo por NA y nuestra comunidad. Ha sido fundamental creando la persona que soy hoy. Estoy limpio, esperanzado y sigo contando los días. Seguiré viniendo.

KP, California, EEUU

Estimado Reaching Out....

Mi nombre es CS. En recuperación, los adictos a menudo se sientan y preguntan: "¿En qué me equivoqué? ¿Qué sería de mi vida si no hubiera tomado las decisiones que me llevaron a mi adicción? Ha habido tantos momentos en los que me senté e hice esas mismas preguntas, Puedo concluir que aunque alguna vez viví una vida acelerada, una de arrepentimiento y engaño, agradezco que ahora puedo pedir perdón e incluso ser perdonado

Una vez fui esa persona que no podía ver más allá de la siguiente dosis. Y no podía dejar de darme cuenta del daño que me había hecho a mí mismo o a los que lastimé. No podía parar y pensar correctamente o hacer cualquier tipo de elección más allá de mi adicción. Una persona sabia una vez me dijo: "Para ver más allá de tu fracaso, debes ver tu fortaleza" Eso se me quedó grabado porque ahora que estoy limpia, me doy cuenta la fuerza que tengo en mi corazón y estoy agradecida por la libertad para corregir mis errores y seguir adelante. Quiero poder continuar por el camino correcto y contar mi historia allá afuera.

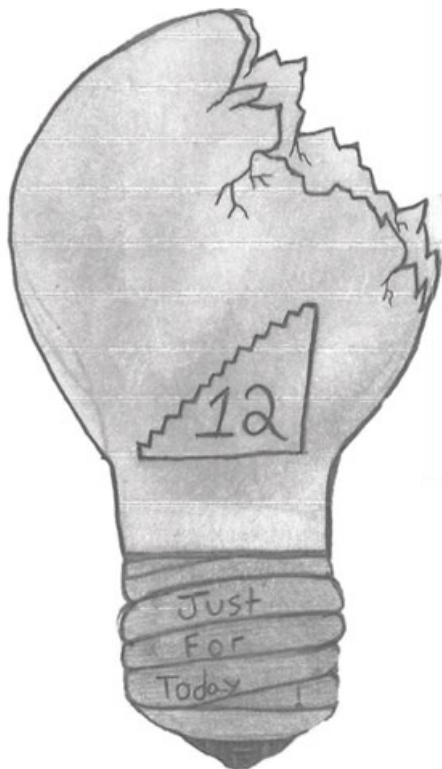
Miro alrededor de la cárcel y veo tantas mujeres increíbles. Hay mucho potencial para ellas y me da motivos para hacerlo mejor. La adicción sólo puede conducir a cárceles, instituciones o a la muerte. siento que ya no encajo en ninguno de las tres.



Muchos miembros, grupos y comunidades de NA diseñan arte orientado a la recuperación. Creemos que llevar el mensaje de recuperación de NA es un acto creativo, y las imágenes transmiten un mensaje poderoso de la libertad que podemos encontrar en NA.

Si desea ver su arte impreso aquí, envíe archivos jpeg o pdf a HandI@na.org o envíelo por correo a Reaching Out; c/o NA World Services; PO Box 9999; Van Nuys, CA 91409

Kansas, EEUU



Arizona, EEUU

Recibí una cama en un programa de abuso de sustancias encarcelada y fue el comienzo del resto de mi vida. El apoyo que recibí fue inspirador y me ha permitido trabajar para lograr una vida mejor. A esa cárcel le debo mi vida porque me cambió de tal manera. Poco a poco pude volver a ser yo misma a medida que me convirtió en una mejor madre, hermana, hija y amiga.

CS, Kentucky, EEUU



Shout-outs from WCNA

“Saludos desde los SMNA”

Mi nombre es HC y sufro la enfermedad de la adicción. El pasado mes de septiembre asistí a la Convención Mundial de Narcóticos Anónimos. Estar en un ambiente con tantos adictos luchando por la recuperación fue una sensación poderosa y electrizante. Me ayudó a mejorar mi perspectiva sobre la vida en general. Ser parte de tanta camaradería fue maravilloso, extraordinario y fascinante.

Algunas veces, nosotros como adictos no sabemos cuánto pueden preocuparse otros para que lleguemos a estar limpios. Saber esto lleva a hombres como yo a hacer el esfuerzo para mantenerse en recuperación. Me da esperanza saber que existe un sin número de hombres y mujeres como yo que extraordinariamente intentan hacer oír su voz con el propósito de recuperarse. Respetuosamente pido que todo adicto que lea esto asista a una convención cuando puedan. ¡Fue impresionante!

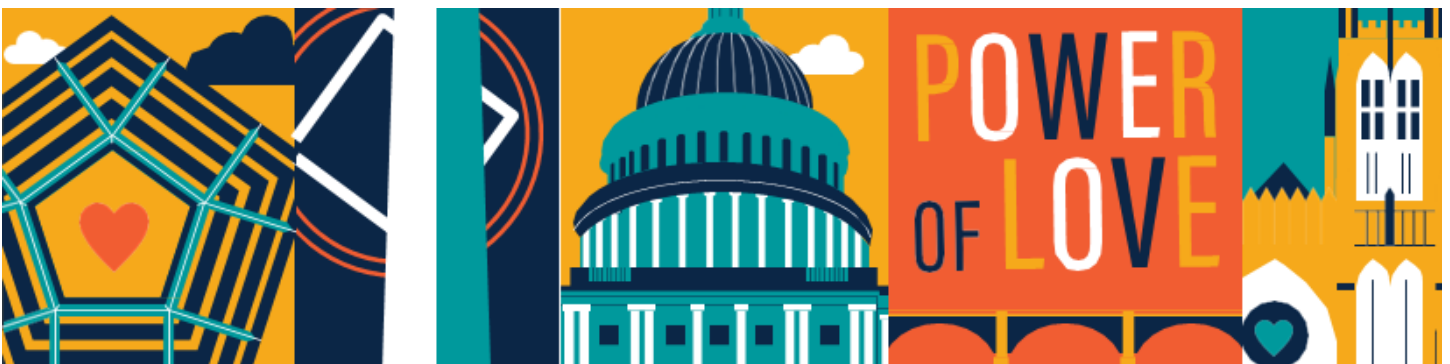
HC, Ohio, EE.UU.

Quiero dar las gracias a todos los que formaron parte de la CMNA por hacer posible que formáramos parte de ese especial evento. Me lo pasé muy bien y me sentí inspirado por todos los que estaban allí. En el futuro procuraré formar parte de la CMNA. Gracias por recibirnos. Espero que tengan un día lleno de bendiciones.

WH, Ohio, EE.UU.

Me gustaría darle las gracias a todos ustedes por esta gran convención. Espero y oro por poder asistir a muchas más. Fue una bendición que todos ustedes se tomaran el tiempo de venir a nuestras vidas aquí en prisión. Hoy estoy limpio gracias a miembros como ustedes.

MJ, Ohio, EE.UU.





Transición de Adentro hacia Afuera

Estimado Reaching Out....

Mi nombre es HM y escribo para compartir mi historia de superación de la adversidad y reconstrucción de mi vida. Estuve fuera de prisión por más de un año. En el pasado, cometí algunos errores graves que me llevaron a la cárcel. Comprendo el impacto negativo de estas opciones en mí y en los demás. Sin embargo, he tomado importantes acciones para lidiar con estos problemas. Lo hice a través de mi Poder Superior, la terapia, mi programa de vivienda y la ayuda y el aliento de los grupos de Narcóticos Anónimos. He obtenido valiosos puntos de vista y he desarrollado habilidades para lidiar. Estoy comprometido a mantener mi recuperación y a vivir una vida productiva.

Solamente había soñado con la vida que estoy viviendo a los 51 años. Soy el padre de once hijos hermosos y quiero lograr un impacto positivo en ellos, así como en mi familia y amigos que pueden pensar que es demasiado tarde. En seis meses recuperaré mi licencia de conducir. Después de diez años de soñarlo, fui a una academia y obtuve una licencia clase A CDL para conducir camiones y un trabajo. Gracias a mi Poder Superior cumplí cuatro años limpio en Enero de 2024 y estoy logrando el sueño de mi vida de salir a la ruta como un conductor de camiones. Rezo por aquellos que todavía luchan por superar la adicción y continuar la batalla. Solamente recuerden, la batalla no es solamente de ustedes en solitario. A través de un Poder Superior y de NA pueden obtener la fuerza para hacer lo que se propongan.

HM, California, EEUU



"Nuestra Gratiud Habla"



Desde Afuera

Estimado Reaching Out....

Hola, me llamo GM y soy adicto. Mi camino hacia la recuperación empezó en la cárcel donde cumplía una indeterminada cadena perpetua. No era mi primera condena; ya había estado encarcelado muchas veces. La prisión fue parte de mi adicción activa. Iba de la mano con mis decisiones de estilo de vida, y esas decisiones a menudo resultaban en el encarcelamiento. Acabo de celebrar 18 años limpio y he estado libre de la cárcel desde 2019. Ahora estoy viviendo una vida que nunca soñé. Estoy casado, soy propietario de una casa y estoy involucrado en el servicio.

Desde mi liberación en libertad, he participado y coordinado dos reuniones de H&I. A los dos meses de mi liberación, asistí a mi primera reunión de grupo y entré en un centro penitenciario en el que estuve encarcelado a finales de los años setenta. Fue una experiencia surrealista. Tras mudarme a una nueva comunidad, me propuse llevar el mensaje de NA a un centro correccional local. Me puse en contacto con el director asociado de programas e inicié una reunión virtual. La reunión continúa hasta el día de hoy.

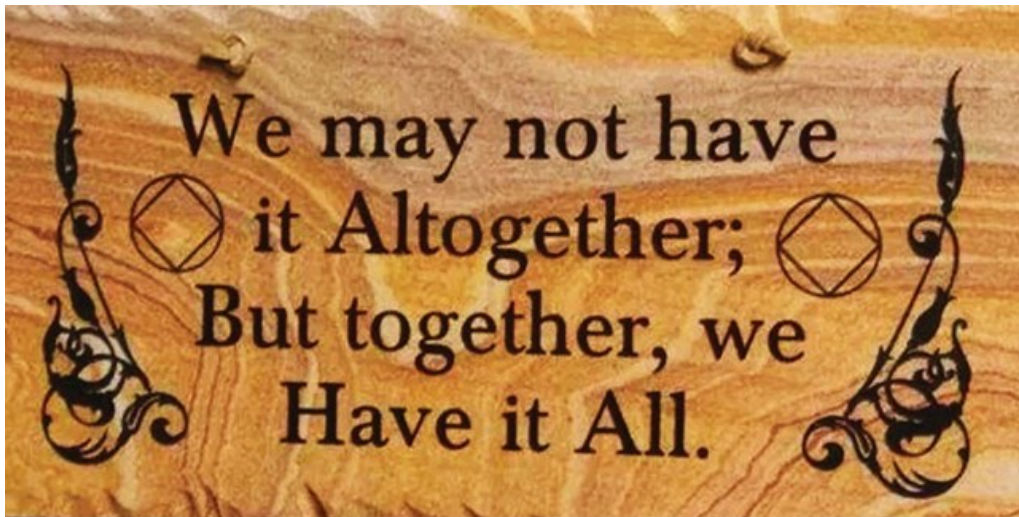
Actualmente continúo prestando servicio en el subcomité regional de relaciones públicas. Tengo dos puestos que me permiten continuar trabajando con el adicto encarcelado. Como enlace con la cárcel, atiendo las solicitudes de literatura de las instituciones e intento poner en contacto a voluntarios de NA interesados en llevar el mensaje desde adentro. Como “Coordinador de Pasos Escritos para la Recuperación”, pongo en contacto a los miembros encarcelados que solicitan un mentor de pasos con miembros de afuera que se han ofrecido voluntariamente para trabajar los pasos.

Permanecer activo en Narcóticos Anónimos me mantiene equilibrado. Mi programa personal de asistencia a las reuniones y de trabajo de pasos es el cimiento desde el que puedo llegar a aquellos que se esfuerzan como yo lo hice una vez. Cada uno tiene su propio camino; la recuperación es posible para todos.

GM, Columbia Británica, Canadá

Muchos miembros, grupos y comunidades de NA diseñan camisetas de H&I con motivo de la recuperación. Creemos que llevar el mensaje de recuperación de NA es un acto creativo y un arte. ¡Por favor, comparte las fotos de tu camiseta de H&I con nosotros!

Nos gustaría mostrar su arte. HandI@na.org



Woodblock artwork, Tanzania



H&I t-shirt, Arizona, USA

Llamando a todos los miembros de Hel

Envíe su historia al boletín trimestral de NA, Llegar. Estamos buscando adictos en recuperación, como tú, para compartir su experiencia de encontrar la recuperación detrás de las paredes y manteniéndolo en el exterior. Su historia lleva un poderoso mensaje de esperanza para el adicto encarcelado!

Gracias.

Por favor envíe su historia a:

Servicios Mundiales de Narcóticos Anónimos;
apartado de correos 9999; Van Nuys, CA 91409,
o a Handl@na.org



Transición del interior al exterior

Ya sea que haya salido de un centro de tratamiento, cárcel, prisión, hospital o institución, se le traslada del “adentro” al “afuera” para ser miembros productivos y libres de drogas de la sociedad. Creemos que su experiencia puede ser invaluable para otros a medida que se embarcan en su transición.

Estamos ofreciendo preguntas para ayudar a estimular su pensamiento para que desee compartir su experiencia con nosotros; publicaremos su artículo en **Reaching Out** para ayudar a otros.

1. ¿Qué hizo el primer día de su alta/liberación?
2. ¿Qué pasos tomó para ayudar a su recuperación en la comunidad? ¿Crees que los pasos de transición son los mismos para los adictos que salen después de 30 días o diez años?
3. ¿Cuáles son algunos de los desafíos que encontró cuando volvió a ingresar a la comunidad?
4. ¿Cómo te ayudó NA con la información para que pudieras asistir a una reunión cuando te dieran el alta?
5. ¿Cómo crees que NA podría haberte ayudado mejor en tu transición? ¿Tienes alguna sugerencia que ofrecer para que NA pueda ayudar mejor a otros en su transición?

Esperamos leer su experiencia y brindar esta información a otros. Gracias por ayudarnos a asistir a otros en su transición.



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 de la humanidad, existe a disposición de todos nosotros un sencillo programa espiritual —no religioso— llamado Narcóticos Anónimos, que ha entrado en la vida de muchos adictos.

“ Si Nos Recuperamos” Narcóticos Anónimos

”

Formulario de pedido

Formulario de Pedido

Reaching Out es un boletín trimestral orientado a la recuperación que se pone a disposición de los adictos encarcelados de forma gratuita a través de los Servicios Mundiales de Narcóticos Anónimos. Si está encarcelado durante al menos seis meses más y desea una suscripción gratuita a Reaching Out, complete y envíe el siguiente formulario

Reaching Out También está disponible en un formato listo para imprimir, para su descarga gratuita en:

www.na.org/reachingout.

Reaching Out también está disponible mediante una suscripción masiva de 20 copias a un costo de \$38.05 al año. Si está interesado en comprar una suscripción masiva, complete el siguiente formulario y devuélvase junto con un cheque o giro postal

- Soy un adicto encarcelado (y lo sere durante al menos seis meses más) y quiero una suscripción gratuita a Reaching Out.
- Quiero comprar _____ suscripciones masivas de 20 copias de Reaching Out a \$38.05 cada una, total \$ _____ .

Nombre _____

Numero de identificación _____

Nombre de la institución _____

Dirección _____

Ciudad Estado / Provincia _____

País _____ Código postal _____

Reaching Out

c/o NA World Services, Inc. © PO Box 9999 © Van Nuys, CA 91409 © USA

www.na.org/reachingout

ATENCIÓN RECLUSOS

Si se está mudando y su dirección postal cambia mientras está encarcelado, actualice su nueva dirección con nosotros para que podamos mantener su suscripción a Reaching Out.