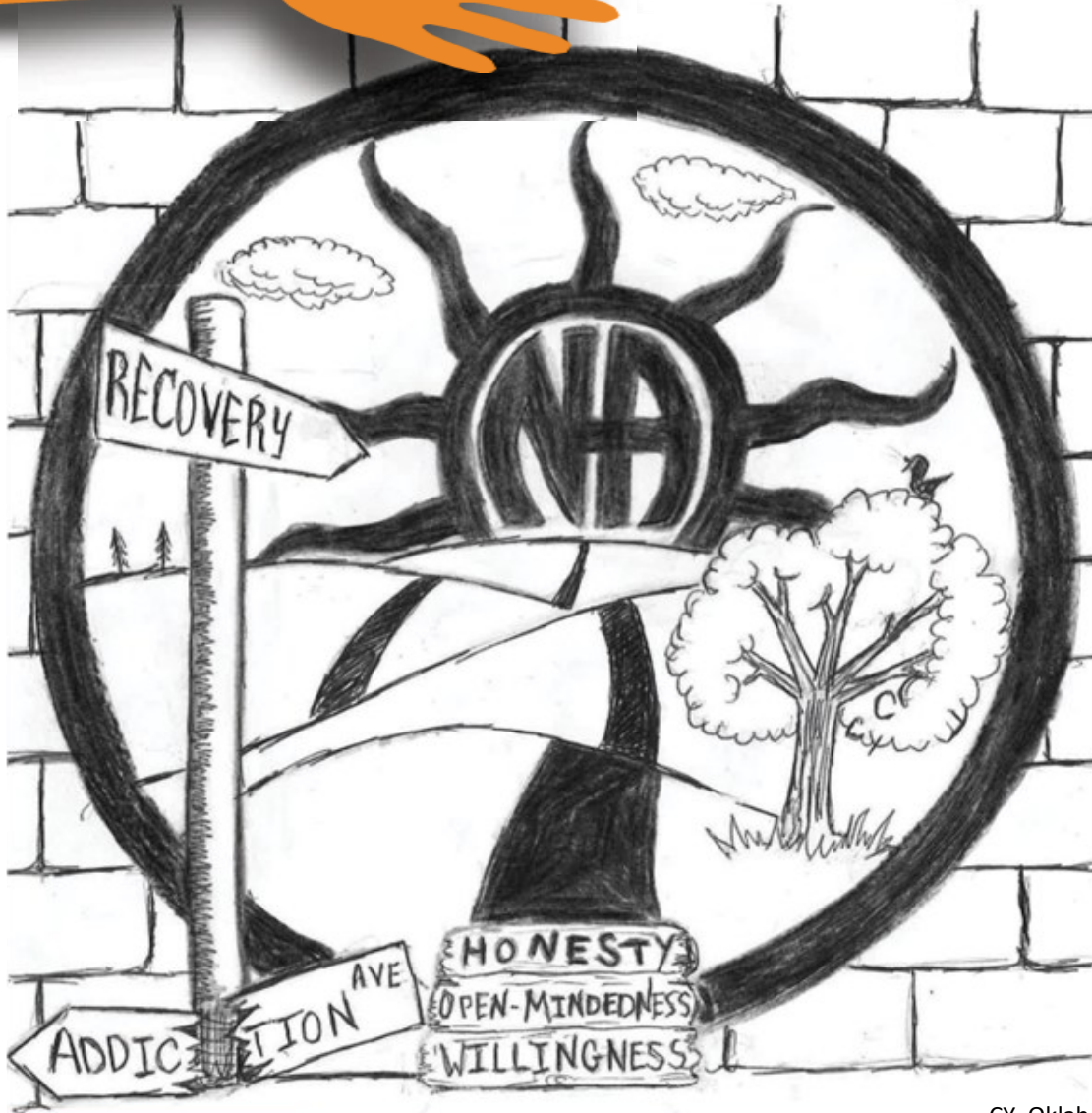


Reaching Out

Octubre 2025
2023



CY, Oklahoma, EEUU

Bienvenido	_____	2
Desde Adentro	_____	3
Transitando	_____	7
Desde Afuera	_____	9
Formulario de Pedido	___	12

**“Éste es el camino de nuestro crecimiento espiritual.
Cambiamos cada día.
Poco a poco y con cuidado salimos del aislamiento
y de la soledad de la adicción
y entramos en la
corriente de la vida.”**

— Texto Básico, “Cómo Funciona”, Séptimo Paso

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, "Transicionando del Interior al Exterior", presenta a los miembros que comploten 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 PRIMORDIAL DE NUESTRA
CONFRATERNIDAD!

Nuestros plazos de publicación previstos son los siguientes:

Publicación	Fecha Limite
Enero 2026	15 De Oct 2025
Abril 2026	15 De Enero 2026
Julio 2026	15 De Abril 2026

¿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 CY y soy un adicto preso en recuperación. Comencé mi viaje de recuperación antes de ser arrestado y pude experimentar la confraternidad de NA estando afuera. Una vez que estuve trás las rejas, me sentí feliz de encontrar la única copia del Texto Básico en nuestra biblioteca. Esa alegría se convirtió en tristeza cuando descubrí que no había, y sigue sin haber, voluntarios de Hospitales e Instituciones que visitaran mi centro de detención.

Después de escribir a los Servicios Mundiales de NA, recibí varios materiales, entre ellos una copia de Reaching Out. El simple hecho de leer los testimonios de quienes están tras las rejas y siguen buscando la recuperación me da la esperanza de que, cuando llegue a mi casa, encontraré la misma comunidad que tenía antes de acabar aquí. También encontré experiencia, fortaleza y esperanza en las secciones «Transicionando» y «Desde fuera». Me ayuda saber que el viaje continúa incluso después de la cárcel.

Ahora me doy cuenta de que la recuperación no es el destino final, sino el camino que recorreremos sin importar en qué punto del viaje nos encontremos. Gracias, NA y Reaching Out, por el viaje de mi vida.

CY, Oklahoma, EE. UU.

Estimado Reaching Out....

¡Saludos a mis compañeros en recuperación! Les escribo desde un centro penitenciario. ¡Hoy es el día 5232, repartido en los últimos 37 años! He estado rondando por NA desde 1988. Siempre me siento como en casa, que pertenezco, y que aquí encajo. Llevo poco más de seis meses limpio, de un día a la vez. .

Me despierto y no puedo esperar para conectarme con mi Poder Superior. No puedo permitir que el odio, la violencia y mi vil enfermedad tomen el control. Hoy, pido la orientación y la oportunidad de ayudar a otros pobres y perdidos adictos, a encontrar la recuperación. Mi Poder Superior me ayuda a ser la mejor versión de mí mismo. Me encantaría extender la mano desde adentro para ayudar a cualquiera que esté encerrado en la oscuridad absoluta. Mi Poder Superior está dando vueltas alrededor de la cárcel, esperando a que yo sea liberado. Hay tres casas trampa desde aquí al centro de recuperación. Mi Poder Superior me dio la idea de contactar la Oficina de Servicios Mundiales de NA, no tanto por mí, sino por el recién llegado! Necesitamos una armadura, y proviene de lo que nuestro hermano Jimmy K. inició en aquellos tiempos! ¡Sí Nos recuperamos!

DH, Vermont, EE. UU.

Estimado Reaching Out....

Mi nombre es HO y soy adicto. Empecé a consumir alcohol en casa de un amigo cuando tenía unos once años. Bebí cerveza tras cerveza hasta que estaba tan borracho que me desmayé. A los doce años empecé a beber licor y le robé marihuana a mi hermano. A los 13, consumía sales de baño. Cuando era difícil encontrarlas, le robaba medicamentos a mi madre. A los 16, consumía metanfetamina y era un adicto declarado. Empecé a vivir al aire libre y me sentía muy cómodo con ello, hasta el punto de considerarlo normal. En definitiva ,me di cuenta de que enmascarar mi salud mental con drogas no me ayudaba . No hice nada para ayudarme hasta que me metí en muchos problemas y me permitieron ingresar en un programa de autoayuda muy estructurado que me ha ayudado enormemente que siempre estaré eternamente agradecido. Ahora llevo dos años limpio de drogas y alcohol. Gracias por permitirme contar mi corta historia. Rezo todos los días para que otros encuentren el amor y el apoyo que yo he encontrado a través de Narcóticos Anónimos.

HO, Misuri, EE. UU.

Estimado Reaching Out....

Debo decir que estoy muy agradecido de tener este programa y un Poder Superior trabajando en mi vida hoy. He cumplido la mitad de una sentencia de prisión de 16 años y medio. Al mirar atrás y ver desde dónde comencé hasta dónde estoy hoy, solo puedo decir “wow”.

DESDE ADENTRO

Hace ocho años y medio, yo era un desastre, aunque pensaba que lo tenía todo bajo control. ¡Qué equivocado estaba! El gran resultado fue una sentencia de “cadena perpetua sin posibilidad de libertad condicional”. Eso fue lo que se necesitó para que este adicto entendiera.

Una vez que decidí trabajar los Pasos y mirar honestamente dentro de mí mismo, y pedirle ayuda y dirección a mi Poder Superior (al que elijo llamar Dios), fue entonces cuando mi vida empezó a mejorar. No voy a mentir y decir que ha sido fácil. He tenido altibajos a lo largo de los años, pero puedo decir honestamente que los momentos buenos ahora superan a los malos.

Desde que dejé de consumir, se me han abierto muchas puertas. Regresé a la corte y mi sentencia fue revocada, y hoy tengo una fecha de salida. Mi hijo, quien no me había hablado en más de doce años, me ha escrito, y estamos trabajando en reconstruir nuestra relación. Recién me convertí en abuelo de mi primer nieto. Mi hija y yo tenemos una relación buena y saludable, y hay muchas más pequeñas bendiciones que le debo a este programa.

Al trabajar los Doce Pasos de NA, llegué a conocerme a mí mismo. Las Doce Tradiciones me han ayudado a llevarme bien con otras personas y a tener relaciones sanas con ellas. Hoy estoy trabajando para ser una mejor persona para mí y para mi familia. Estoy asistiendo a la escuela y realizando una pasantía, y estoy muy agradecido por todo lo que tengo hoy. Se lo debo todo al programa de NA. Hay una mejor forma de vida, y esa es la forma de NA. Un agradecimiento especial a todos los que han escrito a Reaching Out. He obtenido algo valioso de cada una de sus historias.

MW, Washington, EE. UU.



RD, Washington, EE.UU.

ARTE DESDE ADENTRO



¡Tenga en cuenta! Gracias por sus nuevas Presentaciones de arte! No impiden tener para reutilizar imágenes antiguas de anteriores Problemas de Reaching Out. Siempre estamos necesitados de nuevas obras de arte. Es una excelente manera de ser de servicio desde adentro. Si te gusta dibujar, Por favor, considere crear algo para futuros ediciones! Gracias.

Gracias...



KZ, Pennsylvania, EE. UU.



JS, California, EE. UU.

Adentro hacia Afuera

Estimado Reaching Out....

Mi nombre es AK, y soy adicto. Después de cumplir mi condena, continué en libertad condicional en una casa de transición . Con mi liberación, hice lo que muchos adictos con mi dinero de salida, premiarme drogándome. Esa primera dosis fue el inicio del fondo de mi vida en consumo. Continué con esa conducta de consumo por un par de semanas más, sin embargo, estaba empezando a pasarme de la raya. Mi última dosis comenzó desde un lugar inocente y terminó con delitos en la noche que casi me cotaron la vida. Recuerdo mirar al cielo y pensar, no he vivido todo lo que pasé para morir así en las calles.

No hace falta decir que, cuando volví a la casa de transición, supe que había violado todas las reglas posibles y que era muy probable que volviera a prisión para terminar mi sentencia. Sin embargo, mi PS vio las cosas de manera diferente para mi. Me dieron la opción de ir a las reuniones de NA, en lugar de volver a prisión. Tomé la opción de asistir a las reuniones de NA ya que parecía el menor de los dos males.

No diré que fue amor a primera vista con las reuniones de NA, de hecho pensé que el estado estaba jugando conmigo. Continué asistiendo a las reuniones de NA únicamente, porque no quería volver a prisión. Después de un mes mi cabeza empezó a despejarse y comencé a escuchar. Recuerdo que los miembros de NA decían que necesitaba un padrino, un grupo base y a trabajar los pasos, porque NA es un programa de cambios. Me pareció abrumador. Para ser un “buen” miembro de NA, decidí hacer una reunión de pasos en mi grupo base.

Durante el proceso del inicio de mi recuperación en la casa de transición, me di cuenta de que la recuperación era un trabajo interno. Para ayudarme a ser menos egocéntrico, mi padrino me dijo que tenía que prestar servicio en NA. En mis primeros 60 días, me convertí en secretario de un área. En realidad, y para ser más exactos, me obligaron a asumir ese compromiso. Me mantuve fiel al compromiso de adentro hacia afuera, en la transición desde JS, California, EE. UU. KZ, Pensilvania, EE. UU. Gracias... DESDE AFUERA 8 9 y descubrí que mi recompensa era la autoestima y el amor propio. Tenía algo que ofrecer, mientras que antes me sentía como la escoria de la sociedad.

TRANSICIONANDO

DESDE ADENTRO

Después de cuatro meses en la casa de transición, me pusieron en libertad condicional y continué mi recuperación. Con más de tres décadas limpio, descubro que lo que aprendí cuando comencé mi recuperación sigue siendo válido. Sigo asistiendo regularmente a las reuniones de NA, sigo teniendo un padrino, sigo trabajando los pasos y sigo prestando servicio a la comunidad que me salvó la vida y me dio una vida que vale la pena vivir.

AK, California, EE. UU.

Reimpreso del #26 Volumen 3

MIEMBROS ENCARCELADOS

¿Su instalación permite el uso de tabletas?

¿Sabías que NA ha estado agregando literatura gratuita de NA a muchas tabletas en todo el sistema penitenciario?

Verifique y vea si está disponible donde se encuentra y, de lo contrario, pídale a su director social que haga una solicitud para que se agregue!



Desde Afuera

Estimado Reaching Out....

Soy una adicta en recuperación que conoció sobre Hel en un centro penitenciario en 1992. Recuerdo haber oído a una mujer compartir y decir: «¿Quién le ha contado todos mis asuntos?». Pero no eran mis asuntos, era su historia. Me sentí identificada porque yo había hecho muchas de las mismas cosas que ella, aunque hasta ese momento pensaba que era la única. Antes de terminar, nos dio algunas sugerencias: vayan a una reunión el primer día que salgan, preséntense y pidan números de teléfono. Sigán yendo aunque se caigan de trasero: levántense y sigan viniendo. Hice exactamente eso y, desde entonces, me dieron el alta y me convertí en miembro de H & I durante casi 15 años.

Volví al mismo centro para llevar este mensaje de recuperación que salva vidas. Unos meses antes de cumplir 17 años de recuperación, decidí volver a consumir. Me llevó casi siete años volver a los cuartos, y cuando llamé a la línea de ayuda, una mujer que había escuchado mi mensaje en ese centro vino a recogerme y me trajo de vuelta. Fue increíble que la persona a la que le di esperanza estuviera ahora en posición de devolverme el regalo. Ella ha sido mi madrina durante casi tres años, y estoy muy agradecida a Hel. Yo serví, y ahora ella me está sirviendo a mí.

Desconocido

Reimpreso del #28, Volumen 2.

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 HandI@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 mas) 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. © P.O. 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.