

Reaching Out

Julio 2025



Anónimo

Bienvenido	_____	2
Desde Adentro	_____	3
Transitando	_____	6
Desde Afuera	_____	8
Formulario de Pedido	__	12

"Si te preguntas si las drogas o el alcohol, o las dos cosas te están arruinando la vida, averigua dónde hay una reunión de NA en la institución y vete a verla. Podría salvarte la vida y ayudarte a aprender una nueva manera de vivir." ...

Texto Básico

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 compton 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
Oct 2025	15 De Julio 2025
Enero 2026	15 De Oct 2025
Abril 2026	15 De Enero 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 KW y soy una adicta que cumplió cuatro años el 1º de abril. No podría haberlo hecho si no fuera por el amor y el apoyo que que recibo cada vez que entro a un grupo, lo que me hace creer que merezco tener un Poder Superior. Merezco tener un Primer Paso, luego el Segundo y quizás también el Tercero. Segundo a segundo, minuto a minuto, día a día, estoy aprendiendo una nueva forma de vida. Ya no soy una víctima de mi adicción que me mantenía esclavizada a un estilo de vida que me destruyó a mí, a mi familia y a todo lo que se interponía en mi camino.

Tenía 19 años cuando perdí a mi hijo y tomé esa primera dosis. Ahora, finalmente, veo una salida. Veo una nueva forma de vida que trae esperanza, y todo lo que tuve que hacer fue rendirme. Esa rendición es y siempre fue más que valiosa.

Gracias a mi Poder Superior, y gracias a las mujeres de Hel que vienen a compartir su experiencia, fortaleza y esperanza con nosotras. Cambiaron mi vida para mejor.

KW, Georgia, USA

Estimado Reaching Out....

Mi nombre es AH y soy adicto. Soy parte de la comunidad de NA hace más de 20 años, pero nunca me mantuve limpio más de 60 días fuera de prisión. Al leer el Texto Básico, en la sección sobre la Tercera Tradición, me encontré con la frase: “El adicto que no quiere parar de consumir no va a parar de consumir”. Esto me llevó a darme cuenta que nunca fui realmente un miembro de Narcóticos Anónimos, ya que “el único requisito para ser miembro es el deseo de dejar de consumir”. Yo nunca tuve verdaderamente este deseo. Tenía el deseo de terminar con las consecuencias de mi adicción, no con el consumo en sí.

Lo que finalmente me hizo cambiar fue cuando tuve la suficiente humildad como para vivir una verdadera experiencia espiritual e invitar a Dios a mi vida para que tomara el control, cuando mis mejores esfuerzos hasta ese momento habían fallado. Mi obstinado agnosticismo y la intelectualización del concepto de un “poder superior” fue mi obstáculo para mantenerme limpio.

Hoy siento una luz de paz en mi alma y veo a mi poder superior como un aliado que puede rescatarme de las trampas que me han atrapado en el pasado. Hoy tengo la oportunidad de salir e ingresar en rehabilitación. Y ahora sé que, como verdadero miembro de NA, con Dios de mi lado, finalmente tengo la esperanza de una vida libre y limpia. No tengo que sufrir más los horrores de la adicción, ni tampoco tú.

AH, Ubicación desconocida

Estimado Reaching Out...

Me llamo JY y creo en la experiencia, la fortaleza y la esperanza, así como en llevar el mensaje. Todos necesitamos escuchar el mensaje y la verdad, incluyéndome a mí. Quiero que los demás sepan que debe haber una manera de superar la adicción. Hay una solución: creer en Dios o en un poder superior, vivir según principios espirituales, contribuir y ayudar a otros a recuperarse. ¡Salvemos a los adictos!

Quiero que todos los adictos crean que las drogas solo conducen a la cárcel, a hospitales y a la muerte. La adicción nos daña a nosotros y a los demás, mientras que la recuperación y un poder superior son la esperanza. ¡Encuéntrenla! Encuentren a Dios, la recuperación y la esperanza. Contribuyan, compartan y den esperanza a otros. Por eso existe la recuperación: así es como crece, es por eso que funciona. Ese es mi mensaje para ustedes.

Tengo 41 años y he sido adicto siempre. Mis adicciones me han robado mi libertad, mi familia y mi amor. Pregúntate: ¿Hay algo mejor para mí? ¿Lo deseo? ¿Puede un poder superior y la recuperación ayudarme a conseguirlo? Solo recuerda que la respuesta es sí.

Ojalá tú también lo encuentres. Espero verte pronto en una reunión. Quizás necesite tu mensaje de recuperación para ayudarme a mantenerme. Sabes que vale la pena, ¡y yo también!

JY, Idaho, EE.UU.

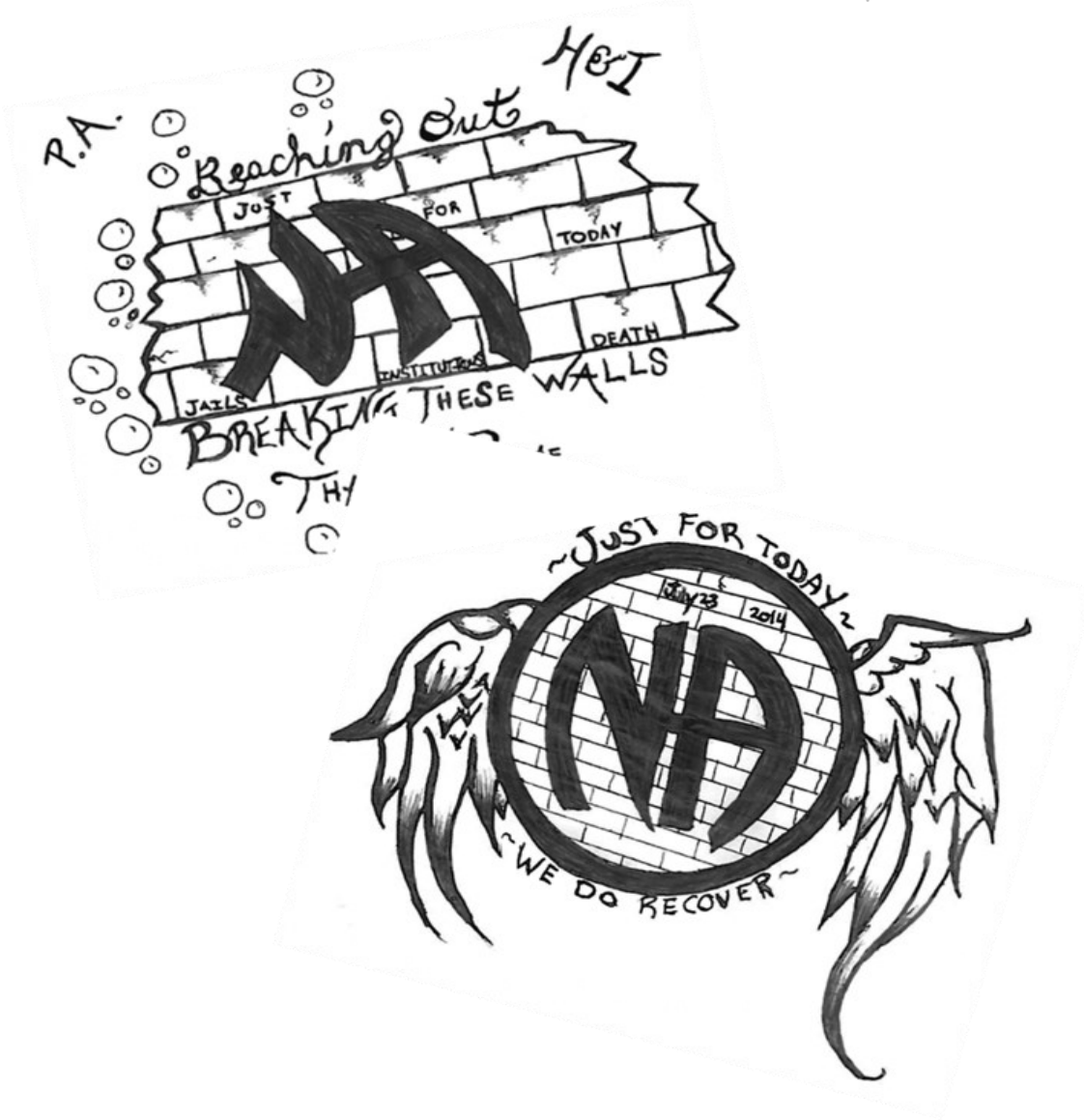
ARTE DESDE ADENTRO



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

Si desea que su obra de arte se publique aquí, envíe archivos JPEG o PDF a Handl@na.org o por correo postal a Reaching Out; c/o NA World Services; PO Box 9999; Van Nuys, CA 91409.

Gracias...



¡Atención! Estas son imágenes antiguas de publicaciones anteriores de Reaching Out. Necesitamos nuevas ilustraciones. Es una excelente manera de colaborar desde adentro. Si te gusta dibujar, ¡considera crear algo para futuras publicaciones! Gracias.



Transicionando desde... Adentro hacia Afuera

Estimado Reaching Out....

Durante mi último encarcelamiento en 1994 hice algo diferente: asistí a una reunión de Hel en prisión. Me enfrentaba a una condena de por vida y pensé que no tenía mucho más que perder. Me ordenaron ir, y fui. Recibí mi inyección de esperanza de una mujer a la que había acompañado hasta la puerta cuando tenía 22 años. Ella había regresado con NA en un panel de H&I. Era la oradora. Yo sabía que ella había estado en los mismos lugares en los que yo había estado, los mismos sitios de horror y desesperación. Empecé a asistir regularmente a reuniones de NA detrás de los muros. Quiero dar un agradecimiento especial a las hermanas de Hel que venían fielmente todos los viernes por la noche y nos guiaron a través de los Doce Pasos. Yo “desperté” en una celda de borrachos después de mi última sobredosis, y “llegué a creer” en una reunión de Narcóticos Anónimos.

Por la gracia de Dios, obtuve la llave de la libertad. Terminé recibiendo una condena de 42 años y 4 meses, suspendida por esa gracia. Al salir, fui a otro entorno protegido, me quedé allí más de dos años y seguí las sugerencias. Una sugerencia fue que no viviera sola y que buscara otras personas afines que tuvieran el deseo de aprender a vivir afuera sin meterse nada en el cuerpo ni cometer un delito para sobrevivir. Seguí esa sugerencia y me fui a vivir con otro miembro de NA. Luego me mudé con otros dos miembros de NA. Seguí mudándome y viviendo con otras personas que estaban en el programa. Cuando salí, hice lo que ya sabía hacer: encajar y actuar “como si”. Un día, “me convertí”. Esta es la misma sugerencia que les doy a otros cuando voy tras las rejas. Les sugiero que salgan en libertad condicional hacia una casa de transición o con otros miembros, hasta que puedan confiar en sí mismos para tomar algunas decisiones correctas.

Cuando hice la transición, conseguí una madrina. Esa mujer me llevó el mensaje. Ella fue mi rayo de luz, y sigue siendo mi madrina hoy, más de 21 años después. Ella dijo que tomara un compromiso de servicio, y eso hice. Dijo que trabajara los Pasos, y eso hago

TRANSICIONANDO DESDE ADENTRO

Seguí sus sugerencias, y aquí estoy hoy, otra adicta limpia por la gracia de un Dios amoroso y de los Doce Pasos de Narcóticos Anónimos.

Ahora que estoy afuera, participo en HeI. Llevamos la primera reunión de HeI a una prisión de mujeres en África Oriental. También hago trabajo de HeI en centros correccionales de mujeres en California. He estado en muchas prisiones, tanto como interna como, ahora, como voluntaria de HeI. Somos un equipo que entra a estos centros. Siento que es mi responsabilidad después de haber sido criada por el estado desde que tenía 13 años.

Acabo de hacer un inventario de 21 años, y qué viaje tan increíble ha sido. Nunca quiero olvidar de dónde vengo y siempre quiero recordar que la libertad es una elección. Hoy elijo vivir limpia y devolver lo que se me ha dado. Y si hago eso, el viaje continúa.

ML, California, EE. UU.

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....

Mientras estaba intoxicado hasta el punto de perder el conocimiento, un joven de 18 años, aspirante a adicto, mató a golpes a un hombre en 1965.

Fui condenado y obligado a cumplir una sentencia de cinco años a cadena perpetua en la que quizás sea la penitenciaría de máxima seguridad más notoria del estado de California. Mientras estuve allí, crecí hasta la adultez a medida que mi adicción progresaba. Continué la misma vieja historia de adicción y crimen después de que me concedieron la libertad condicional en 1972. Desde ese momento hasta el 29 de abril de 1976, fui a toda velocidad. Las ruedas se salieron y me encontré en mi primera reunión de NA. Me llené rápidamente de esperanza y me convertí en un estudiante entusiasta de la recuperación. Aparecieron maestros con la caja de herramientas de la recuperación. En ella encontré el don de dar. Muy útil fue aprender a usar la herramienta de H&I. Durante los siguientes 15 años fui a cada cárcel, manicomio o prisión que pude. Soñaba con algún día regresar para llevar el mensaje la prisión donde había cumplido condena—en otras palabras, el vecindario donde crecí. Surgió un cambio de política que me dejó fuera. Se excluía a los asesinos convictos de entrar en instalaciones cerradas con los paneles de Hel.

A medida que pasaron los años, la esperanza de llevar el mensaje a la prisión donde había estado encarcelado comenzó a desvanecerse. Veintitantos años después, me invitaron a ir a Nuevo México en un panel en la prisión de allá. Ese fin de semana había una convención de NA en Albuquerque. En la cena conocí a un hombre de California, y la conversación eventualmente llegó al hecho de que yo había venido a Nuevo México para hablar en la prisión. Después de explicar por qué vine de tan lejos hasta Nuevo México para ir a la prisión, me dijo que tal vez podría ayudarme a obtener autorización para entrar en la prisión donde había cumplido condena. Me dijo que él apadrinaba al coordinador de los paneles de H&I en esa prisión y que había ido allí por mucho tiempo. En un breve período, un subdirector asociado de esa prisión llegó a saber de mí y de mi deseo de volver a entrar para llevar el mensaje de NA. Se hizo una excepción y me autorizaron a entrar como parte de un panel.

Estimado Reaching Out....

Podría contar una historia completamente diferente sobre mi experiencia al entrar por la puerta principal 40 años después. Sin embargo, esta historia trata sobre entrar en la sala de reuniones. Había soñado con esto durante más de tres décadas y no estaba en absoluto preparado para la experiencia. El bullicio de la recuperación en la sala era como ir a una convención: esa tensa atmósfera de patio de la prisión se acababa en la puerta de la sala de reuniones. Parecía como si no pudiera penetrar en este santuario de recuperación. Había unos 150 hombres de todas las edades y razas mezclándose y charlando, llenando la sala con esa energía que sólo he experimentado donde se reúnen grandes grupos de personas en recuperación. NA estaba viva y bulliciosa, mucho más allá de lo que podría haber imaginado o creído. Los seis nuevos hombres que entraron del patio por primera vez recibieron una entusiasmada bienvenida. Lo que conocemos como la atmósfera de recuperación se respiraba claramente en esa sala. No vi a nadie distraído ni desinteresado en estos hombres. Parecían hambrientos de recuperación. ¡Fue una experiencia increíble! Después de la reunión, los hombres se mostraron cálidos y amables. Esa noche me sentí más en casa que nunca en una reunión de NA. Yo era uno de ellos. Me conmovió mucho un hombre con el que hablé después de la reunión. Practica el Programa todos los días. No tiene esperanzas de salir. Le pedí que me explicara qué hacía en NA. A diferencia de muchos otros, su esperanza no es una vida mejor fuera de las rejas, sino una vida mejor ahora, dentro de ellas. ¡Wow!

Me llena de alegría poder compartir este mensaje con ustedes, la Confraternidad. Narcóticos Anónimos y la recuperación de la adicción están vivos y prosperando dentro de los muros de la Bastilla de la Bahía. Mi amor y gratitud por NA se profundizaron significativamente al compartir con los compañeros de mi antiguo vecindario. ¡No te engañes; ayuda en Hel!

MS, California, EE. UU.

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.