

Reaching Out



Volumen 26, Número 4

Enero 2012

Bienvenidos

PAGINA 2

Desde Adentro

PAGINA 3

Desde Afuera

PAGINA 11

Adentro / Afuera

PAGINA 14

Hoja de pedido

PAGINA 16

Del Editor

Bienvenidos a Reaching Out! Si estás experimentando la recuperación en el interior o en el exterior de una prisión, este boletín de noticias de los Servicios Mundiales de NA es para tí. 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 miembros y subcomités de HeI. Ten en cuenta que somos más propensos a publicar los artículos que se centran en cómo 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! Enviar todas las remisiones a Reaching Out; SMNA, PO Box 9999, Van Nuys, CA 91409-9999; EE.UU., o por correo electrónico a HandI@na.org.

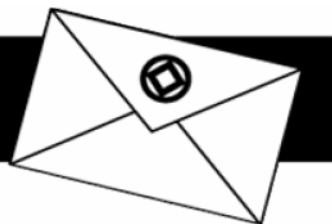
Reaching Out necesita tus cartas! Esta edición presenta las hojas de trabajo diseñadas para ayudar a que nuestros lectores contribuyan. En la página 7, encontrarás una hoja de trabajo creada especialmente para los adictos encarcelados que quieren conectarse con la Confraternidad de NA. La página 14 cuenta con una hoja de trabajo similar para los miembros de HeI que encontraron NA en el interior y ahora mantienen su recuperación en el exterior. Si éste eres tú, por favor, comparte tu experiencia, fortaleza y esperanza. Tu historia puede ayudar a muchos adictos a encontrar la esperanza para su futuro! Herramientas adicional de *Reaching Out* están disponibles en nuestro sitio web:

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

Nuestros plazos de publicación previstos son los siguientes:

Número	Fecha límite
Abril 2012	15 de enero 2012
Julio 2012	15 04 2012
Octubre 2012	15 de julio 2012
Enero 2013	15 de octubre 2012

DESDE ADENTRO



Querido *Reaching Out*,

Mi nombre es RM y soy un adicto en recuperación. El mes que viene voy a tener nueve años limpio. Estoy contento de estar libre de drogas, pero me he sentido nervioso. No he trabajado completamente mi programa porque perdí contacto con mi padrino. Empecé a aflojar mi trabajo de pasos porque sentí que necesitaba un padrino.

Todavía no tengo uno, pero yo voy a empezar los pasos de nuevo, porque sé que es peligroso están solamente limpio de las drogas. Nuestra literatura nos dice que tan solo estar libre de drogas no es suficiente. La enfermedad de la adicción siempre está buscando una manera de atacar, así que debo trabajar en mi recuperación diaria para combatir mi enfermedad.

Cuando yo estaba en el exterior, me distraje de trabajar mi programa y tuve una gran recaída. Así es como acabé aquí, y estaré 19 años. Sé del peligro de no trabajar el programa diariamente. Espero que todos los adictos en recuperación continúen alimentando y valorando su recuperación.

Sinceramente, RM

Querido *Reaching Out*,

He estado recibiendo su boletín de noticias desde hace varios años. Me permite identificarme con otros adictos en recuperación que están en prisión. Mi primera reunión de NA fue en 1982. Yo no estaba listo para la recuperación. Cuando obtuve una oferta federal (¿amnistía?) en 2003, decidí hacer algo con mi vida. NA me ha ofrecido una manera de salir de las viejas maneras destructivas que estaba viviendo. Encontré un padrino y me ocupé de trabajar los Doce Pasos y las Doce Tradiciones. Siempre recuerdo lo que sentí el 10 de septiembre 2003, cuando elegí rendirme a este programa.

Me gustaría poder decir que ha sido un camino fácil, pero el cambio desde adentro es un proceso continuo. Estoy en una instalación que actualmente no tiene reuniones de NA. Mi solución es rodearme de gente positiva y trabajar sobre mí

mismo. Todos los días hago lo que puedo por mi recuperación. Los adictos agradecidos no consumen.

Si tú estás sentado en la celda de una cárcel o prisión, hazte un favor y no esperes salir para trabajar contigo mismo, hazlo ahora! Sólo por hoy, no tienes que volver a consumir.

MT, NC

Querido *Reaching Out*,

Cuando volví a la cárcel hace cuatro años, estaba enojado con el mundo. Nunca podía obtener más de pocos meses limpio. He estado involucrado en la recuperación desde que regresé aquí. Empecé a una reunión de NA y he trabajado los pasos. He tenido la oportunidad de consumir, pero yo quiero la libertad que ofrece el programa de NA.

Salgo en tres meses y ya tengo un padrino y reuniones a las que planeo asistir en el exterior. He trabajado en mis defectos de carácter y me siento libre de la ira. Sé que voy a enfrentar desafíos cuando esté finalmente libre, pero tengo un plan.

Sé que debo permanecer activo en el programa de NA y servir con el fin de permanecer en recuperación. Me gustaría decir "gracias" a los Servicios Mundiales de NA por la ayuda que dio cuando yo quería comenzar una nueva reunión. Estoy muy agradecido.

Me encanta la parte en nuestra literatura donde dice que cualquier adicto puede dejar de consumir drogas y perder el deseo de consumir. Estoy aquí para decir a todos los hombres y mujeres encarcelados: Podemos empezar una nueva vida llena de promesas, si estamos dispuestos a hacer el esfuerzo. ¡Sigamos viniendo, esto funciona si lo trabajamos!

DM, OK



En cada convención mundial, las instituciones y áreas de NA están invitadas a unirse a través de una conexión telefónica en la celebración de la recuperación. Este evento único permite a los miembros en el interior y en el exterior para escuchar las lecturas y los oradores en la reunión de clausura de la CMNA, que la celebración de nuestro "Día de la Unidad". Esta es una oportunidad para hacer una conexión con la Confraternidad de NA en todo el mundo y escuchar el mensaje poderoso de la recuperación. La siguiente es la experiencia de uno de los miembros que participan en la conexión telefónica de la CMNA detrás de las paredes.

Querido Reaching Out,

Mi nombre es F y yo soy un adicto. Me gustaría expresar mi gratitud y aprecio por todo el trabajo duro de la reciente convención mundial en San Diego. El área de NA donde yo vivo participó en el enlace telefónico del Día de la Unidad. Durante la reunión, me senté y pensé en el crecimiento y el progreso de nuestra confraternidad en todo el mundo.

Mi fecha de limpieza es el 6 febrero de 1989. Oí el mensaje en un hospital de Nueva York de tres adictos haciendo HeI dando una hora de su día para compartir conmigo. El mensaje era simple y profundo, y yo estaba literalmente muriendo por escucharlo! No voy a decir que yo sabía que iba a estar limpio después de eso, pero hablaban en un idioma que llamó mi atención (empatía) y me hizo ir a mi próxima reunión.

Como se ha sugerido, fui a una reunión el día que salí. Por la gracia de un Dios amoroso, encontré adictos que me amaron hasta que yo pude amarme. Es por eso que no he consumido desde febrero de 1989. Así, a través del proceso de recuperación, me he visto en ciertas situaciones. Durante los últimos once años, he trabajado en la cárcel del condado. A medida que nuestra comunidad creció, también lo hizo nuestra presencia en la comunidad. NA es ahora reconocido y considerado como una solución a un problema que tiene un impacto en muchas áreas de nuestra sociedad.

Durante mi entrevista, me preguntaron por mis antecedentes penales. Les expliqué sobre mi programa de recuperación. Con los años, la cárcel se ha dado cuenta de que los ex reclusos vuelven para hacer trabajo de HeI. Esto

eventualmente les llevó a permitir que los reclusos para asistir a algunos fuera de las reuniones. En la actualidad, se permite a los padrinos venir y trabajar los pasos con los reclusos en una habitación privada, y la literatura de NA se ofrece en el formulario de pedido de tienda junto con los dulces y el champú!

Veo ex reclusos en las reuniones locales y eso me recuerda que nuestro trabajo nunca termina. Hay adictos ahí que podemos alcanzar.

Mi padrino me dijo hace mucho tiempo: "En el Paso Doce, Dios nos pide que hagamos algo". Gracias por todo su trabajo.

Siempre agradecido,
FB, MA

DESDE ADENTRO



Cuéntanos quien eres, de dónde viniste y cómo encontraste NA. _____

Háblanos de tu primera reunión de NA. _____

¿Cuál es tu experiencia en llevar el mensaje de NA y hacer servicio desde adentro?

¿Cómo te ha cambiado NA? _____

¿Qué significa ser miembro de NA para ti? _____

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

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

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

ARTE DESDE ADENTRO

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



Imagen cortesía de John K y la reunión de NA del martes por la noche en el interior, en London, OH

Si quieres ver tu obra impresa aquí, por favor envía archivos JPEG o PDF a HandI@na.org o por correo a:
Reaching Out, c/o NA World Services, PO Box 9999, Van Nuys, CA 91409, USA.

Estimado Reaching Out,

Mi nombre es JK y soy un adicto. Le escribo a *Reaching Out* desde una institución correccional en Ohio. Tengo más de dos años limpio debido a mi encarcelamiento. Aquí en la institución, asisto a una regular reunión de NA el martes por la noche. Me encanta NA y recientemente comencé el Paso Nueve.

Estoy enviando un dibujo a *Reaching Out* de la reunión de mi grupo habitual. Espero verlo en la sección de arte. Se inspira en la imagen icónica de "Rosie la remachadora" y su famosa frase "¡Podemos Hacerlo!" La imagen ha sido reinventada para NA para incluir el tema de la 34ª CMNA, "En el Espíritu de la Unidad." ¡Sin la unidad de NA no hay "nosotros"!

Tengo una copia de este cuadro colgando en mi celda. Esto me recuerda que la recuperación es un esfuerzo de grupo y que no estoy solo. Quería compartir la imagen con otros miembros de NA a causa del valor que me ofrece.

En la solución, no el problema.

Mucho amor,

JK, OH

DESDE AFUERA



Estimado Reaching Out,

Soy un adicto y mi nombre es MK. Soy un miembro agradecido de NA con doce años limpio. He estado involucrado con HeI por cinco años. Recuerdo que al principio de mi compromiso fui introducido al ambiente de prisiones. Yo iba a una prisión de dos veces al mes para ver a los muchachos, hablar con ellos, y compartir mi experiencia, fortaleza y esperanza. Uno de ellos fue condenado a cadena perpetua sin posibilidad de libertad condicional. Iba a pasar el resto de su vida en prisión, y a través de mi compromiso de HeI, traté de inculcar algo de esperanza en el corazón de este hombre, diciéndole que orara, que hiciera todo lo posible para mantenerse ocupado, y trabajara su programa lo mejor que pudiera. Le dije que siempre mantuviera la esperanza, nunca se sabe lo que puede suceder.

Volví a la escuela y ya no podía ir a la reunión a causa de mi horario, y después esa reunión fue cerrada debido a la falta de participación y apoyo. A menudo me preguntaba que habría sido de él. Tenía la esperanza de que recordara algunas de las discusiones que tuvimos y practicara algunas de las herramientas que la reunión le proporcionó. Un día, recibí una llamada telefónica del coordinador de una de nuestras instituciones, pidiéndome compartir en un panel. Dudé un poco, y me dijo que me lo agradecería muchísimo y que tenía una sorpresa para mí en la reunión.

Llegué a la reunión y me senté con los internos tomando un café antes de iniciar. La puerta se abrió y un hombre entró. Yo estaba de espalda, así que no lo vi, pero tan pronto como oí su voz supe quién era. Me di la vuelta para mirar, y allí estaba él, el mismo interno de la prisión donde yo solía hacer servicio de HeI. Él me dijo lo buena que se había vuelto su vida y que iba a salir en tan sólo unos meses. Me dio las gracias por toda la fuerza y la esperanza que yo había compartido con él en esos momentos que serví en esa prisión. Sólo al verlo allí en un centro de mínima seguridad, listo para ser puesto en libertad y recuperarla, fue uno de los mejores regalos de mi recuperación.

Con gratitud,
MK, AZ

Estimado Reaching Out,

Mi nombre es P, y yo soy un adicto. Tengo 39 años de edad con un poco más de diez años limpio. Narcóticos Anónimos se ha convertido en mi forma de vida hoy, y estoy muy agradecido por este programa. Después de leer el *Reaching Out* de Octubre 2011, fui tocado por la forma en la que aún adictos que se encuentran encerrados se están recuperando. Yo era ese adicto tras las rejas en enero de 1997, y me gustaría haber visto este boletín de noticias en ese entonces. Me encerraron durante dos años, siete meses y tres días, y yo no cambié nada. Tuve mi primera introducción a NA, pero fui a las reuniones por las razones equivocadas. Otros reclusos me dijeron que si iba a las reuniones de NA podría conseguir la libertad condicional, y esta fue la única razón por la me involucré en el programa de NA.

No cambié nada en mi vida en ese momento, así que cuando salí de la cárcel me fui de vuelta a las mismas cosas que hacía antes de que me encerraran. Puesto que nada había cambiado, mi consumo rápidamente se pusieron feo, y yo estaba de vuelta justo donde empecé en un dos por tres. Me gustaría compartir con los internos que aún están adentro que tomarse el tiempo para involucrarse con la recuperación y cambiar la manera de vivir son muy importantes, porque puede que tú no tengas una segunda oportunidad como la tuve yo.

Hoy en día, voy a las cárceles para compartir mi experiencia con los reclusos con la esperanza de que echen un vistazo a sus vidas ahora y quieran cambiar para bien. Estoy muy agradecido de haber ido a las reuniones de HeI de NA estado adentro, porque me hizo saber que había una manera de salir de la adicción activa cuando estuviera listo. Cuando llegué a la final de la calle de mi adicción activa, entré en las reuniones de Narcóticos Anónimos, y mi vida cambió. Desde ese día en el año 2001, he hecho cosas en mi vida que nunca pensé que podrían ser posibles. Me reuní con mi familia y se convirtió en el esposo y padre que siempre quise ser. Llegué a ver a mis hijos terminar la escuela secundaria e ir a la universidad. Yo sé que si yo puedo hacer esto, cualquiera puede. Gracias, Narcóticos Anónimos, para la nueva forma de vida.

PM, CA

Estimado *Reaching Out*,

Mi nombre es A, y yo soy una mujer en recuperación.

Empecé a consumir cuando mi esposo falleció. De ahí en adelante consumí continuamente. Me sentí muy deprimida pensando en mi marido. Lo utilicé como excusa. Pensé que iba a morir consumiendo.

Pero llegó el día en que no estaba bien físicamente. Aunque traté de parar, siempre volvía a consumir – sólo una más.

Me sentía más y más desesperada cuando me acordé de una de mis amigas compartiendo algunas de sus experiencias, y cómo ella estaba en recuperación.

Fui y hablé con ella y me dijo: "Tienes que tomar una decisión. ¿Quién quieres ser, y qué quieres hacer?"

Tomé la decisión de que quería algo diferente, y así fue entonces que entré a NA.

No mucho después de mi inicio asistí a la reunión de subcomité de HeI del área. Decidí unirme al subcomité.

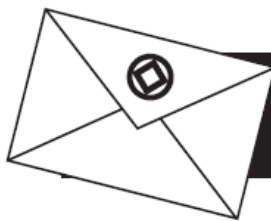
Estando en recuperación, y siendo miembro del comité de H & I, he aprendido mucho sobre mí misma. Incluso he hecho amistad con algunas de las otras mujeres en NA.

Involucrarme en HeI me ha llevado a través de mi recuperación. Espero mi panel de cada mes, teniendo la oportunidad de dar esperanza a aquellos que creen que no tienen remedio, sin autoestima o sin confianza en sí mismos, y para hacerles saber que los sueños se hacen realidad.

Hoy sé que una de las cosas más importantes que puede hacer es llegar a NA, y esa reunión del panel de HeI. Esto me demuestra que es posible que mi Poder Superior haga milagros en mi vida. Gracias, Dios.

Estoy muy agradecida con NA y HeI.

AC, India



ADENTRO / AFUERA

¡LLAMADO A TODOS LOS MIEMBROS DE HeI!

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 HeI, ¡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 HeI en tu recuperación? _____

¿Tienes alguna experiencia particular de HeI 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