

Reaching Out

Enero 2026



From the Mid-Willamette Valley Area Seaside Convention

CY, Oklahoma, EEUU

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

**“Cuando siento que no hay esperanza,
me cuesta mucho pedir ayuda a los demás.
Pero constantemente recuerdo
que no tengo que
recorrer este camino sola.”**

— *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
Abril 2026	15 De Enero 2026
Julio 2026	15 De Abril 2026
Oct 2026	15 De Julio 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....

Les escribo desde mi celda, habiendo cumplido casi once años de esta condena, y posiblemente aún queden once años más. Desafortunadamente, esta es mi cuarta entrada a prisión, y yo he acumulado cerca de 29 años de encarcelamiento.

Mi primer acercamiento con un programa de recuperación fue en 1987. Recuerdo cómo se organizó la reunión, dónde fue y los dos "amigos" con los que asistí. Recuerdo sentirme conmovido y sentir que el coordinador me hablaba directamente a mí, porque estaba contando mi historia. De camino a casa, su mensaje me conmovió tanto que boté el resto de mis drogas. Es una lástima no haber continuado ese camino de recuperación; sin duda me habría ahorrado mucho dolor, pruebas y tribulaciones que he sufrido. No solo sufrí, sino que también causé sufrimiento a mi familia, amigos y seres queridos.

Mi madre falleció hace más de diez años; que en paz descanse. Me dolió, así que hice lo que mejor que sabe hacer un adicto: me drogué para adormecer el dolor e intenté huir de él. Pronto descubrí que nada de eso funcionaba. Nunca funciona. Este fue un ejemplo clásico de locura.

Actualmente llevo dos años y seis meses sin drogas, que es el período de recuperación más largo que he acumulado. Es una recuperación de la que estoy orgulloso. Mi padre también ha fallecido, y la pérdida ha sido devastadora. No solo era mi padre, sino también mi mentor. Me enseñó a distinguir el bien del mal y me inculcó valores morales. Antes de mi adicción, vivía conforme a ellos. Una vez que mi adicción se arraigó, lo único que me importaba era mi próximo subidón y cómo iba a costearlo. Lo pagué con cuatro estancias en prisión y 29 años en prisión.

Estoy de duelo por la muerte de mi padre. Me duele cada día, especialmente porque ya no puedo llamarlo ni escuchar su voz. Era un policía retirado que nunca me juzgó ni se dio por vencido conmigo a pesar de mi lucha contra las drogas durante tantos años. La noche que falleció, pudo escuchar mi voz y, lo más importante, me vio limpia.

Soy consciente de que no puedo mantenerme limpia por nadie más que por mí misma, pero puedo honrar su legado continuando mi recuperación. Con la oración, las reuniones y mi Poder Superior, esto puede suceder y ha sucedido. ¡Que Dios los bendiga!

MG, Ohio, EE. UU.

Estimado Reaching Out....

Actualmente estoy a la espera del resultado de mi revocación de la semana pasada. Celebré nueve años limpio mientras estoy aquí. He iniciado reuniones y he ocupado cargos de servicio incluso a nivel regional. Llevar el mensaje de NA a mi módulo me ha ayudado a iniciar una reunión dentro del módulo. Gracias por tener disponibles para nosotros la literatura y las grabaciones de oradores.

Nuestra mesa se llena cada semana con adictos dispuestos, y hay muchos más interesados. Los obstáculos para escuchar el mensaje se han reducido. Los internos aquí quieren abrirse en un entorno seguro. NA lo proporciona. Gracias.
Solo por hoy.

MS, Wisconsin, EE. UU

Estimado Reaching Out....

Mi nombre es EG, y soy un adicto en recuperación. A través de practicar la recuperación diariamente durante los últimos once años, se me ha dado la oportunidad de tomar conciencia de cuán inmanejable ha sido mi vida. Las drogas controlaban cada uno de mis pensamientos, sentimientos y acciones y me llevaron a prisión durante los últimos 24 años.

Comencé mi abuso de sustancias a la edad de 13 años y poco después me volví adicto. Usaba drogas para suprimir emociones dañinas, pero pronto me gustó la manera en que cambiaban mis pensamientos. Mi adicción activa produjo una ola de crímenes y me condujo a una vida egoísta que dejó un rastro de víctimas. Toqué fondo cuando perdí mi trabajo, terminé una relación, no tenía hogar ni dinero, y me convertí en un recluso en libertad condicional prófugo en mi camino de regreso a prisión. Contemplé el suicidio, pensando que era la única solución para mi locura. Poco después de ser encarcelado, tuve un despertar espiritual.

Un Poder Superior había restaurado mi sano juicio y lentamente produjo principios espirituales en mi vida. Para que Narcóticos Anónimos funcione,

necesito trabajar el programa y confraternizar con adictos que estén dispuestos a escuchar el mensaje. Mi recuperación depende de que comparta mi experiencia, fortaleza y esperanza. A través del servicio en NA rendiré mi voluntad propia, un día a la vez.

EG, California, EE. UU.

Estimada Reaching Out....

Mi nombre es EN y soy un adicto en recuperación. Escribo esta carta desde mi celda de prisión con la esperanza de poder llegar a otro adicto que todavía sufre por su adicción.

Soy un reincidente crónico, lo que ha resultado en que regrese a prisión por séptima vez, solo que esta vez con una condena de cadena perpetua. Pero en esta ocasión, aquí en la prisión es donde encontré la solución a mi adicción a las drogas. La encontré en las reuniones de Narcóticos Anónimos, con la ayuda de un padrino y de otros adictos en recuperación. Escuché sus testimonios de cómo se mantienen limpios trabajando los Doce Pasos de NA, y eso me inspiró a seguir sus huellas: si les funciona a ellos, tiene que funcionarme a mí. Para recuperarme, primero tuve que rendirme por completo, sin guardar ninguna reserva. Tuve que ser honesto, receptivo y tener buena voluntad. Hoy tengo 16 años limpio. Para mí, el principio espiritual más importante de los Doce Pasos de Narcóticos Anónimos es mantener una mente abierta, porque eso me llevó a pedir ayuda y a estar dispuesto a intentar trabajar los Pasos.

Dieciséis años son prueba suficiente para mí de que esto funciona. Si te mantienes conectado al camino de NA y crees que la recuperación es posible, también funcionará para ti.

EN, California, 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...

For this issue, all images are photos taken from H&I member T-shirts!



**We Are Released
From Our Chains**



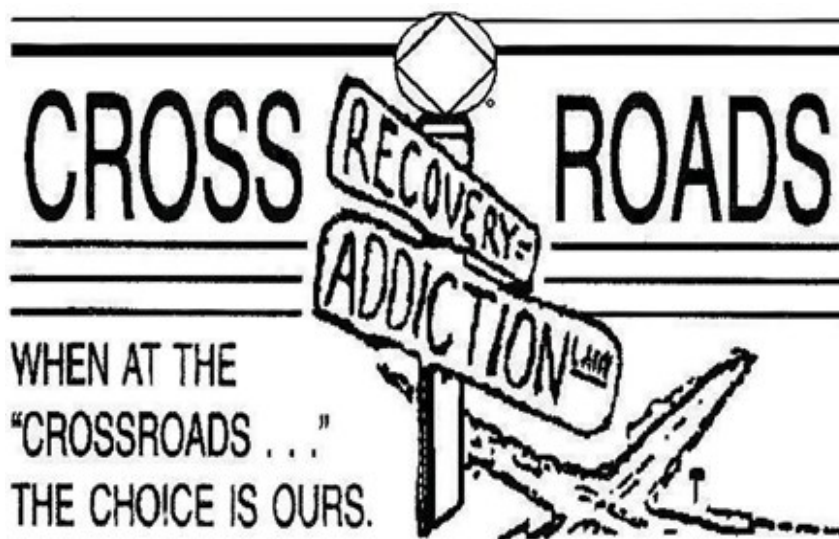
Continued on page 8

Transiciónando desde... Adentro hacia Afuera

Estimado Reaching Out....

Mi nombre es WN y soy un adicto en recuperación. Escribí mi historia, que publicaron en julio de 2015. Puedo decir con orgullo que fui liberado el 16 de enero de 2018. Tuve algunos problemas cuando salí. Fui a una ciudad donde no conocía a nadie y no tenía transporte. No pude encontrar un directorio de reuniones, ni una sola reunión.

Me tomo mi recuperación en serio porque, después de todo, era un adicto "a tiempo completo" que asume su recuperación de la misma manera. Me puse en contacto con la línea de ayuda de mi área, obtuve un pase de autobús y asistí a una reunión al tercer día después de mi liberación. Conseguí un padrino y el Texto Básico dos días después. Poco después, mi teléfono tenía numerosos números de otros adictos. Ahora tengo un grupo base y el servicio de café.



He asistido a más de 150 reuniones en 85 días. Me he metido de lleno en mi trabajo de pasos y me esfuerzo por llevar el mensaje a los que aún sufren. Gracias a mi constante recuperación, muchas cosas buenas me han sucedido desde mi liberación. He asistido a un retiro de hombres dentro de la Confraternidad. Una forma de

ayudar es tener horarios de reuniones cuando eres liberado. Quiero dar gracias a NA y a aquellos que asisten a las reuniones dentro y fuera. Ustedes son una gran razón por la que estoy aquí hoy. He sido transformado con éxito para estar afuera.

WN, Washington, EE. UU.

Reimpresión de 2018



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....

Mi nombre es GJ y soy adicto. Mi historia es como la de innumerables almas antes que yo. Acabo de ser liberado de una prisión federal en Oklahoma. Estuve durante 87 meses y estuve muy involucrado preparándome para mi liberación y continuar mi recuperación. He estado trabajando los pasos y asistiendo a las reuniones en las instalaciones. Asistí todas las mañanas de los sábados.

Las malas decisiones que tomé a lo largo de mi vida adulta fueron la razón de mi adicción. Si no hubiera sido arrestado por los crímenes que cometí, me hubiera matado o hubiera matado a alguien más eventualmente. Mi vida era un ciclo constante de aventuras venenosas.

Luego de haber entregado mi vida al Poder Superior, me vine a dar cuenta de todos los errores que cometí. Soy muy afortunado de tener una familia que me esperó hasta mi liberación. Luego de ser liberado, mi madre me ayudó a encontrar una reunión que estuviera cerca de casa y no he dejado de asistir desde entonces. Realmente funciona, ya que estoy dispuesto a aceptar la ayuda que tan desesperadamente necesitaba. Gracias, NA.

GJ, Oklahoma, 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 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 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. © 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.