

*"Hemos descubierto que la forma de continuar siendo miembros responsables y productivos de la sociedad es poner nuestra recuperación en primer lugar. NA puede sobrevivir sin nosotros, pero nosotros no podemos sobrevivir sin NA."*

Narcóticos Anónimos (Texto Básico), p. 123

# Practicar los principios

## Cómo vivimos el programa

Muchos lemas de NA hacen referencia al concepto "vivir el programa". Son tantos, tan diversos y pintorescos como nuestros miembros. En las reuniones de todo el mundo, en cualquier momento, podemos oír: "Trato de practicar estos principios lo mejor que puedo en todos mis asuntos" o "Sólo por hoy, vivo en la solución" o "Sé que tengo que adaptar mi vida al programa y no el programa a mi vida".

Aprender a vivir el programa de Narcóticos Anónimos es una base tan importante como no tomar drogas de día en día. ¿Pero qué significa realmente vivir el programa?

Las historias de este número son testimonios del poder de este sencillo programa. Vemos una y otra vez, con la experiencia de cada miembro, que el programa es más que un capítulo del Texto Básico o el título de un folleto.

Vivir el programa tiene que ver con el valor, la fe y la buena voluntad de recorrer la distancia pase lo que pase. Vivir el programa tiene que ver con enfrentarse a los horrores más incomprensibles de la vida sin darse por vencido. Vivir el programa nos permite participar activamente en la vida y todo lo que nos trae.

NA nos da la oportunidad de elegir cómo queremos seguir adelante con nuestra vida recién descubierta. Mantenerse limpio y trabajar los pasos nos dan la libertad de tomar esa decisión. A todos nos han dado una segunda oportunidad de vivir una vida que trascienda los sueños que siempre hemos tenido. Depende de nosotros aceptar esa oportunidad y vivir.

*"Sólo por hoy no tendré miedo, pensaré en mis nuevas amistades, gente que no consume y ha encontrado un nuevo modo de vivir. Mientras siga este camino no tengo nada que temer."*



Practicar los principios	1
Cartas de los lectores	2
Vivir el programa	3
NA: un programa diario	5
¿Qué programa trabajas?	6
iNA es igual que vida!	7
Mantenerse limpia, pase lo que pase	8
Un programa de humildad	9
En el buen camino	10
Formar parte de	11
Sobre ser útil	12
Encontrar un hogar	12
NA se ha portado muy bien conmigo...	13
Imagínatelo	14
Slim de Hel	15
¿Por qué estamos aquí?	16
San Diego	17
50º Aniversario/30ª CMNA	18
PRH	20
Calendario	21
Nuevos productos de la OSM	24
Grupo habitual	24



---

**REVISTA INTERNACIONAL  
DE  
NARCÓTICOS ANÓNIMOS**

---

EDITORA

Nancy Schenck

REDACTORES

David Fulk  
Lee Manchester

DISEÑO Y TIPOGRAFÍA

David Mizrahi

PRODUCCIÓN

Fatia Birault

JUNTA EDITORIAL

Susan C., Dana H., Marc S., Sheryl L.

---

**World Service Office**

PO Box 9999  
Van Nuys, CA 91409 USA  
Teléfono: (818) 773-9999  
Fax: (818) 700-0700  
Sitio Web: [www.na.org](http://www.na.org)

La revista The NA Way Magazine da la bienvenida a la participación de sus lectores y los invita a compartir con la Confraternidad de NA en su publicación trimestral. Enviémos sus experiencias de recuperación, sus opiniones sobre cuestiones de NA y otros artículos. Todos los manuscritos recibidos pasan a ser propiedad de Narcotics Anonymous World Services, Inc. Suscripción, editorial y asuntos comerciales: PO Box 9999, Van Nuys, CA 91409-9099, USA.

La revista The NA Way Magazine publica las experiencias y opiniones personales de miembros de Narcóticos Anónimos, por lo tanto no deben atribuirse a Narcóticos Anónimos en conjunto. La publicación de un artículo no implica el apoyo de Narcóticos Anónimos, The NA Way Magazine ni Narcotics Anonymous World Services, Inc.

The NA Way Magazine, (ISSN 1046-5421). The NA Way and Narcotics Anonymous are registered trademarks of Narcotics Anonymous World Services, Inc. The NA Way Magazine is published quarterly by Narcotics Anonymous World Services, Inc., 19737 Nordhoff Place, Chatsworth, CA 91311. Periodical postage is paid at Chatsworth, CA and at additional entry points. **POSTMASTER:** Please send address changes to The NA Way Magazine, PO Box 9999, Van Nuys, CA 91409-9099.

## Cartas de los lectores

En relación con el artículo "Cómo compartir"  
(The NA Way Magazine, Abril 2002, Vol. 19, Nº 2)

Querida NA Way,

No sé cómo expresar lo que siento más que diciendo que estoy indignado. Temo por el recién llegado, o cualquier otro, que aparezca en el grupo Friday Night Roaming Home Group de Maryland, con un problema que no está relacionado con el tema de discusión, por no hablar del adicto que llega tarde y realmente necesita compartir. Hace años que estoy en la confraternidad y nunca he visto semejante egocentrismo. Trataré de repasar sus ideas por orden.

Para empezar, no creo que haya una manera "correcta" de compartir, siempre y cuando se comparta con honestidad.

- ◆ Estoy de acuerdo en que la gente debe ser consciente de los deseos de los demás de compartir y tratar de no monopolizar el tiempo disponible.
- ◆ A veces —en realidad la mayoría de las veces— cuando voy a la reunión con un problema es porque no sé la solución y estoy buscando la experiencia, fortaleza y esperanza de aquéllos que quizás hayan pasado por una experiencia similar.
- ◆ Hay momentos, especialmente cuando me siento herido emocionalmente, en los que no me siento muy espiritual y, por lo que sea, soy incapaz de ser la persona espiritual que debería.
- ◆ He tenido la oportunidad de viajar y he visto que en muchas reuniones del mundo no hay un moderador que da la palabra a la gente. Los miembros simplemente intervienen y hablan por turno. No es asunto mío decir si alguien tiene o no la necesidad o el deseo de compartir.
- ◆ Está muy bien ser breve en las intervenciones.

Continúa en la página 10

**Nota de la editora:** En primera página del número de julio de 2002 (Vol. 19, Nº 3), "Anonimato", señalé que tenemos en la actualidad 125.000 suscriptores de la revista *The NA Way*. Distribuimos 125.000 ejemplares en 2001; sin embargo, se trataba de la cantidad de *todo el año*. De modo que, en la actualidad, tenemos alrededor de 29.500 suscriptores, dado que la revista se publica trimestralmente. ¡Por favor, disculpen mi entusiasmo!

La revista *NA Way* está abierta a las cartas de todos los lectores y lectoras. Las cartas al editor pueden responder a cualquier artículo que haya aparecido o sencillamente expresar un punto de vista sobre algún tema de interés de la Confraternidad de NA. No deben exceder las 250 palabras y nos reservamos el derecho de corregirlas. Todas las cartas deben llevar firma, una dirección válida y un número de teléfono. Se utilizará el nombre y la inicial del apellido como firma, a menos que se solicite que sea anónima.

La revista *NA Way* se publica en inglés, francés, alemán, portugués y español y pertenece a los miembros de Narcóticos Anónimos. Su misión, por lo tanto, es brindar información de recuperación y servicio a todos los miembros, así como entretenimiento relacionado con la recuperación, lo que incluye desde cuestiones de actualidad a acontecimientos de importancia para cada uno de nuestros miembros de todo el mundo. El equipo editorial, para respetar esta misión, intenta preparar una revista abierta a artículos escritos por miembros de todo el mundo y brindar información sobre temas de servicio y convenciones. Pero sobre todo, esta publicación está dedicada a celebrar nuestro mensaje de recuperación: "que un adicto, cualquier adicto, puede dejar de consumir drogas, perder el deseo de consumirlas y descubrir una nueva forma de vida".

# Vivir el programa

## Reflexiones sobre 20 años en NA

Empecé a estar limpio en Narcóticos Anónimos en East Central Wisconsin el 8 de julio de 1982. Llegué a NA con 21 años y miedo de ir a la cárcel. Mi abogado me dijo que si quería la oportunidad de seguir en libertad, tenía que dejar de consumir todas las drogas, incluida la marihuana. También me dijo que tenía que empezar un tratamiento, hacerme análisis de orina para detectar drogas y empezar a ir las reuniones de NA.

Llegué a NA para salvarme de los problemas, sin darme cuenta de lo mucho que NA cambiaría mi vida.

### **Mi primera reunión de NA**

Fui a mi primera reunión de NA mientras estaba en un centro de tratamiento. Había tres o cuatro miembros de NA además de los cuatro que íbamos del centro. Cuando escuché "toda nuestra vida y nuestros pensamientos giraban, de una u otra forma, en torno a las drogas, cómo obtenerlas, cómo consumirlas y el modo de conseguir más", sentí que era una descripción de mi vida en pocas palabras. Nunca antes había oído semejante declaración. Me identifiqué desde el principio. Durante los siguientes días, aprendí la frase de memoria. Era el primer ejercicio mental o intelectual que hacía en mucho tiempo.

Cuando llegué a NA, la verdad es que no tenía muchas cosas, sólo una bicicleta y un estéreo. No llegué a perder bienes materiales, recursos financieros, una casa o un matrimonio e hijos, porque todavía no los había acumulado.

Era joven. No tenía problemas de salud, supongo que sobre todo por el hecho de haber consumido diariamente sólo durante cinco años. Según cómo se mire, no es mucho tiempo. Me resultaba difícil comprender la ingobernabilidad que la adicción causaba en mi vida. Y esto era especialmente válido cuando comparaba mi historia con la de otros que habían perdido tanto. La impotencia me resultó un poco más fácil de ver, ya que nunca dejaba de consumir demasiado tiempo por mi cuenta. Antes de tocar fondo, nunca había hecho un intento serio de dejar de consumir todo y ser completamente abstinentes. Sustituía una droga por otra. Realmente me gustaba y disfrutaba consumiendo drogas.

### **Abrazos sí, drogas no**

A los 60 días limpios, tuvo lugar la convención mundial (12ª CMNA) en Milwaukee. Asistieron unos 500 miembros de NA y en esa convención sucedió algo interesante. La gente se empezó a abrazar. Algunos creen que los abrazos siempre fueron parte de la Confraternidad de NA, pero no eran algo generalizado en todo el país.

Era evidente que a algunos miembros les resultaba incómodo o preferían no abrazar a los demás, especialmente los hombres con otros hombres. Sin embargo, en la CMNA, el amor de la confraternidad se apoderó de la situación. Nuestro texto lo dice lo mismo con otras palabras: "La recuperación desarrolla un nuevo sentido del contacto; perdemos el miedo a tocar y ser tocados. Aprendemos que cuando nos sentimos solos, un simple abrazo cariñoso puede cambiarlo todo. Experimentamos el cariño auténtico y la amistad de verdad." (*Narcóticos Anónimos*, p. 106). "Abrazos sí, drogas no", estaba escrito en una de las mejores camisetas que he visto.

También me ocurrió otra cosa importante en la 12ª CMNA. Conocí a mi mejor amigo, que compartió una historia de su pasado que coincidía con partes de la mía. No conocía a nadie que hubiera experimentado lo mismo que me había pasado a mí en mi adicción. Esto me ayudó a identificarme aún más. Hace mucho tiempo que somos amigos, y él lleva ahora 22 años limpios!

## El Texto Básico

Recuerdo oír a algunos miembros a principios de los 80 empezar a hablar abiertamente sobre la forma en que la enfermedad de la adicción incluía todas las sustancias que alteraban la mente y el estado de ánimo. El Texto Básico pendiente de aprobación (un libro todavía sin publicar) vino a reforzar aún más esta idea. Fotocopiamos y distribuimos el borrador entre los miembros de nuestras comunidades de NA. Nos moríamos de ganas de que la Conferencia de Servicio Mundial lo aprobara para que se imprimiera.

Mandé 25 dólares al garaje de Jimmy K., que en aquella época funcionaba como Oficina de Servicio Mundial, para comprar un ejemplar numerado de la primera edición especial. Todavía tengo ese ejemplar —Primera edición, número 1457— y la postal que me mandó Jimmy K. como recibo de pago.

## Sólo NA

En aquella época, muchos de nosotros en el Medio Oeste y en todo el país, nos comprometimos a recuperarnos en Narcóticos Anónimos. Ahora suena raro, pero me acuerdo de cuando la gente de NA y AA pensaba que si íbamos sólo a NA acabaríamos... ¡iborrachos!

Nuestro Texto Básico no dice nada sobre ir exclusivamente a NA, pero durante esos primeros años, mucho llegamos a creer que si asistíamos a NA con regularidad y participábamos en nuestra recuperación en NA, podíamos mantenernos limpios a lo largo del tiempo de todas las drogas, incluido el alcohol. Y allí estaba impreso: "... nuestra identificación como adictos incluye cualquier sustancia que altere la mente y cambie el estado de ánimo. Alcoholismo es un término demasiado limitado para nosotros; nuestro problema no es una sustancia específica, sino una enfermedad llamada adicción." (*Narcóticos Anónimos*, p. xiii).

En aquella época, algunos miembros, incluido yo, nos volvimos "puristas" de NA. Hablábamos de nuestra identificación como adictos, nos presentábamos como adictos, y dijimos e hicimos muchas cosas para promover NA. Aunque nuestras intenciones eran buenas, estas prácticas y creencias a veces eran contraproducentes, especialmente cuando se ejercían sin compasión, sentido común o madurez. Hoy en día no critico a los miembros que van a otras confraternidades de doce pasos. Me concentro en mí. NA es *mi* hogar.

## La recaída: una amenaza continua

La recaída es una de las cosas que más me asustan. Mi mejor amigo recayó justo antes de su cuarto cumpleaños limpio. Me enseñó sobre el Primer Paso y que mi problema no era una sustancia en particular, sino la enfermedad de la adicción.

Hace dos años recayó otro miembro que llevaba más de 20 años limpio. Hace tres semanas, una mujer que conozco compartió que recayó después de 14 años. Me pregunto cuándo me pasará a

mí. Ojalá, y rezo por ello, siga estando limpio, sólo por hoy.

Creo que la razón principal de que me haya mantenido limpio es porque sigo yendo a los grupos regularmente. En las reuniones soy testigo del milagro de la recuperación. Me recuerdan que debo trabajar los pasos y me entero de lo que puede pasar si vuelvo a consumir.

Sin embargo, sé que es algo más que las reuniones lo que me mantiene limpio, así que trato de practicar lo mejor que puedo los principios de NA día a día.

Cuando llevaba unos 14 años limpio, mi recuperación corría un serio peligro. Tenía un montón de amigos de NA, una relación fuerte y personal con mi Poder Superior, participaba activamente en el servicio de una u otra manera y tenía un éxito enorme en todos los aspectos de mi vida.

Siempre antepuse mi recuperación a cualquier otra cosa. Pero en ese momento, empecé a cambiar mis prioridades. Puse mi carrera, el dinero, los bienes materiales antes que mi recuperación.

Nos construimos una casa nueva en otra área. Empecé a ir a menos reuniones. La gente de las reuniones nuevas era diferente y no estaba acostumbrado a la forma en que celebraran las reuniones. Empecé a ir sólo una vez por semana y, a veces, pasaba dos o tres semanas sin ir. Ya no rezaba tanto. Y hasta me dije que no pasaba nada, porque hacía tiempo que estaba limpio.

Al cabo de dos años, empecé a tener problemas. Perdí tres trabajos en tres años. Mi esposa no estaba muy segura de querer seguir viviendo conmigo y mi relación con mi Poder Superior no era sólida.

Durante aquella época, no tuve unos deseos irresistibles de consumir, así que me las arreglé de algún modo para mantenerme limpio. Después de tocar fondo espiritual y emocional, estaba en un punto en que no podía salvar el cuello y las apariencias al mismo tiempo, como dice el Texto Básico.

Intenté volver a participar activamente en mi recuperación. Era difícil. Busqué un padrino nuevo después de pasar un tiempo sin ninguno. Me salvó la recuperación y la vida. Me dijo que hiciera "noventa terapias en noventa días". Me dijo que buscara una reunión que necesi-

sitara alguien para colaborar, y lo hice. Me dijo que buscara una reunión que necesitara un moderador, y lo hice. Poco a poco, empecé a tener una recuperación satisfactoria. Tardé más de un año en volver a sentirme conectado espiritualmente con la confraternidad y mi Poder Superior.

Creo que lo único que me salvó de la recaída y la ingobernabilidad que resulta es que nunca dejé de asistir del todo a las reuniones. Me molestaba ser un adicto que tenía que ir a las reuniones... pero iba.

Hoy en día, me alegro de haberme comprometido de nuevo con mi recuperación gracias a asistir a las reuniones, trabajar los pasos, la oración y la meditación diarias, el padrinzgo y el servicio.

## Los dones de la recuperación

Mi recuperación vuela a ser mi primera prioridad en la vida. Los dones de la recuperación continuada en Narcóticos Anónimos son muchos. Tengo una relación sólida y continua con mi Poder Superior. Tengo autoestima y un poco de humildad. Tengo un grupo habitual fantástico que me queda muy cerca de casa.

Mi mujer y yo llevamos casados 13 años. Tenemos un profundo compromiso mutuo y hemos desarrollado un nivel de intimidad incomparable con cualquiera de mis experiencias previas. No digo que nuestro matrimonio sea siempre alegre y color de rosa, a veces no lo es. Pero seguimos avanzando juntos con confianza y respeto mutuo. Tenemos dos hijos fantásticos y no cambiaría el ser padre por nada del mundo.

Mi trabajo actual no es ese *gran* trabajo que pensé que tendría; es más bien uno hacia el que me ha guiado mi Poder Superior, y estoy agradecido por ello.

Soy un miembro activo de mi comunidad local de NA y de mi comunidad fuera de NA. Tengo un puesto de servicio en mi grupo habitual. Participo en el subcomité de área de IP y hago trabajo voluntario.

Me respetan y me estiman no sólo en nuestra confraternidad, sino también en mi trabajo y en el barrio. Todos estos son



# NA: Un programa diario

Hola, me llamo Rosalinda y soy adicta.

Mi hija —mi única hija— tenía ocho años cuando llegué por primera vez a estas reuniones. La arrastraba a todos los eventos de NA y hacía de las suyas junto con los otros niños de NA. Era mi compañera constante desde que yo tenía 18 años. Recorrimos juntas mi adicción activa y mi recuperación, mis rachas de depresión y mis intentos de cambios geográficos.

Era mi ancla, igual que yo la suya. La primera vez que fui a la reunión del CSR (a 1.600 km de distancia) como representante de área, me olvidé el informe. Estaba aterrorizada, pero ella me lo dictó tranquilamente por teléfono.

Nos podíamos contar todo. Milly era mi mejor amiga y toda mi familia.

Hace cuatro años murió. Se suicidó. Todo mi mundo, yo misma y mi fe se revolvieron y derrumbaron completamente. Sentí una impotencia y devastación espantosas. Ahora mismo, mientras escribo sobre esto, se me caen las lágrimas.

Ojalá nadie de los que lean esto tenga que sufrir la agonía de perder un hijo. Hace casi cuatro años que asisto a un grupo de padres que han perdido hijos. Muchos miembros de este grupo se convirtieron en adictos al trabajo, jugadores compulsivos o se volvieron hacia otras adicciones. La mayoría no era adicta antes.

¿Yo? Bueno, siempre he tenido tendencia a la depresión, con tendencias bastante suicidas desde los cinco años de edad. Para ser sincera, cuando Milly murió no eran las drogas lo que me atraían, sino la muerte. ¿Cómo es entonces que sobreviví?

Sintiendo... ¡Sintiéndolo todo! Sin contenerme. Respirando, si es posible, aunque no siempre es muy fácil hacerlo.

Siempre pensaba que mis emociones eran mis enemigas. Me pasé la mayor parte de la vida tratando de aplastarlas. Ahora sé que mis emociones son las mejores aliadas que tengo. Parece extraño que pueda decir algo así con el duelo que estoy viviendo, ¿no? Pero mis emociones llevan información vital para mí. Me dicen lo que funciona y lo que no funciona. Me despojan de las tonterías intelectuales y me ponen cara a cara con la persona que soy. Hasta las lágrimas activan una especie de autoanestesia que permite dormir.

Pero me estoy adelantando a mí misma.

Creo que la mayoría de las personas pueden sobrevivir los primeros dos meses a la muerte de un hijo. Sólo el choque puede hacerlas llegar hasta allí. No quiero que se me malinterprete, no es que esos primeros dos meses no sean insoportablemente agónicos, pero las cosas empeoran a medida que el choque empieza a desaparecer.

Tengo que agradecer a la confraternidad de NA por no haber sido rígida en cuanto a mi participación en otro grupo de apoyo. Al principio me impresionó un poco, un grupo sin tradiciones ni pasos, pero necesitaba gente que pudiera entenderme. Y probablemente siempre la necesitaré.

Para mí, el golpe fuerte empezó diez meses después de la muerte de Milly. Quería irme con ella, pero lo postergaba, esperando que se me pasara, mientras me ocupaba de todo el papeleo legal, de sus amigos, iba al juzgado y organizaba su 21 cumpleaños, tal como lo habíamos planeado.

Trabajaba el programa a diario. Seguí abriendo nuestra reunión local, igual que había hecho durante años. Leía literatura, llevaba un diario, practicaba los pasos, rezaba, llamaba a otros miembros, y hacía listas de gratitud. Hasta acabé y compartí mi Cuarto Paso después del funeral.

Hasta que todas mis estrategias de supervivencia fallaron. No podía pensar en otra cosa que la muerte. Había pasado de la obsesión y entrado en la compulsión. Hasta intenté internarme en un hospital psiquiátrico, pero lo único que me ofrecieron fue una receta de antidepresivos.

---

---

## Hoy me siento viva con cada célula de mi cuerpo, con cada fibra de dolor, dicha, ira y contento que siento.

---

---

Llevé esa receta a la única compañera que tenía a una hora de camino y le pregunté qué debía hacer. (Mi madrina había tenido un derrame cerebral y no estaba disponible en aquel momento.) Mi amiga me recordó que acudimos a los profesionales con nuestros problemas y, si yo creía que la medicación me hacía sentir un poco "en órbita", siempre podía dejarla.

Mi supervivencia era más importante. Nunca me "puso en órbita" y pude volver a trabajar el programa. Al cabo de nueve meses pude dejar la medicación.

Dejé a mi pareja, perdí a mis hijastros y también algunos amigos. También he perdido toda esperanza de tener nietos. ¿Qué hago entonces?

Trabajo diariamente el programa. Estoy escribiendo otro Cuarto Paso. Rezo para que mi ex encuentre paz de espíritu y felicidad. Como cuando puedo, duermo cuando estoy demasiado cansada, pongo un pie delante de otro y respiro.

Lloro mucho, me río mucho, escribo mucho y hablo mucho de Milly. Rompo a llorar varias veces por día, pero está bien. Puedo llorar por Milly, reírme ale-

gremente y manejar el coche... itodo al mismo tiempo!

Mis emociones fluyen sin obstáculos. La profundidad de mi dolor por la pérdida de mi hija me dice lo unidas que estábamos y lo mucho que realmente la quería.

¿Por qué voy a querer tapar todo esto con sustancias químicas? ¿Por qué voy a querer borrar todos los preciosos recuerdos que tengo de ella. Milly vive en mi corazón y en mi memoria. ¡No puedo permitir que muera otra vez!

A veces, la gente que crees que te va a apoyar desaparece en la distancia, mientras que otros de los que no te sen-

tías muy cerca, están a tu lado. Hay que entregarse al apoyo de esos amigos nuevos. Pedir ayuda. Los abrazos pueden salvarte la vida.

No volveré a ser la persona que era hace cuatro años. He envejecido más de cuatro años, tanto física como espiritualmente, pero también soy ahora cuatro años más sabia. Soy más fuerte, más emocional y estoy más decidida a vivir mi vida, mis sueños y a ser la persona que en realidad soy, sin excusas ni disculpas.

Creo que fue Descartes, el filósofo racionalista, que dijo: "Pienso, luego existo". No estoy de acuerdo. ¡Siento, luego existo!

Hoy me siento viva con cada célula de mi cuerpo, con cada fibra de dolor, dicha, ira y contento que siento. Estoy agradecida al programa de NA, a mi ex madrina, a mi madrina actual de la otra punta del mundo, a mis hermanas de tristeza de NA y a toda mi familia de NA del mundo. Los quiero a todos.

Rosalinda R., Australia

## ¿Qué programa trabajas?

He pensado un par de cosas sobre este tema. Primero, por supuesto, está el programa de NA. Ya sabes: ese de llamar a tu padrino regularmente, trabajar los pasos, ir a las reuniones y tratar de practicar los principios espirituales en todos los aspectos de nuestra vida.

Recuerdo el programa en el que la honestidad, la receptividad y la buena voluntad son una forma de vida y no sólo un ideal. El programa en el que perdonamos a los demás y a nosotros, en el que enmendamos el daño causado, salvo cuando el hacerlo podría perjudicar, a ellos o a otros.

Pienso en un programa en el que tenemos la mano a los demás y tratamos de ser totalmente desinteresados. El programa en el que nos centramos en devolver a los demás lo que desinteresadamente nos han dado; en el que nos queremos los unos a los otros hasta que tengamos la fortaleza de querernos a nosotros mismos; en el que damos nuestro teléfono a los recién llegados y hacemos vida social con otros miembros de NA después de la reunión.

Hablo del programa en el que estamos agradecidos por librarnos de las ataduras de la adicción activa; el programa que nos muestra cómo convertirnos en miembros productivos de la sociedad; el programa que nos enseña a no juzgar a la gente por lo que hace o no hace, o por lo que sabe o no sabe. Es en este programa en donde aprendemos que "el tiempo de limpieza no equivale a recuperación", ni tampoco el saldo que uno tiene en la cuenta del banco.

Conoces ese programa, ¿no? Sí, el programa que me salvó la vida, y seguramente la tuya también. El programa en el que el café no era ninguna maravilla, pero mejor que el que yo ni siquiera podía permitirme.

Recuerdo ese programa, o mejor dicho, recuerdo trabajar ese programa porque, igual que mi Poder Superior, nunca me ha dado la espalda. Siempre que he tomado la decisión de trabajar ese programa durante los seis años que



## ¡NA es igual que vida!

llevo limpio, obtuve mucho éxito personal, momentos de serenidad y sentimientos de felicidad desbordante, junto con sentimientos de dolor y tristeza.

Pues ahora no sé dónde oí hablar de este otro programa o si me lo inventé, pero encontré uno que era diferente. Hoy en día llamo a ese otro programa el "el Programa de Trevor B.". Se podría llamar de otra manera o reconocer por otro nombre, pero para mí es la mejor manera de reconocer el programa "A mi Manera".

En este programa, el tiempo de limpieza *significa* algo, porque es lo único que tengo cuando trabajo el programa "A mi Manera". Es el programa donde hago tu inventario en lugar del mío, y donde los bienes materiales determinan cómo me siento con respecto a los demás y a mí mismo.

Es el programa en el que hablo *sobre* los recién llegados y todos los demás que trabajan el programa de NA, en lugar de hablar *con* ellos; donde lo que yo hago depende de cómo me trates y en el que nunca asumo la responsabilidad de mis actos.

¿Te suena? A mí sí. El programa "A mi Manera" es aquel en el que tengo padrino pero no lo llamo. No pido ayuda, no expreso mis sentimientos y no admito mis faltas.

En el programa "A mi Manera" ocupo puestos de servicio para caer bien a la gente, y si no caigo bien, renuncio.

En el programa "A mi Manera" doy rienda suelta a mis defectos de carácter en lugar de examinarlos y soltar las riendas. Cuando rezo, si rezo, generalmente lo hago porque he hecho algo que me avergüenza y quiero que mi PS me ayude a ocultarme de los demás o "que me saque del apuro sólo una vez más y des-

pues cambiaré, te lo juro".

En el programa "A mi Manera", la meditación es el momento del día en que trato de imaginarme exactamente qué es lo que ha salido mal en mi vida. Es el programa en el que puedo hacer que consumir drogas parezca la mejor y, a menudo, la única opción. En este programa, si al final hago los pasos, los escribo sin pensar, brevemente y con la mente cerrada.

Si en mi grupo de estudio de los pasos se menciona algo con lo que no estoy de acuerdo mientras trabajo el programa "A mi Manera", exploto y me voy en lugar de escuchar lo que han dicho o buscar lo que ven en mi comportamiento. Es el programa en el que la única reunión a la que voy es donde me dan una medalla. Donde un acto desinteresado no es decirte a ti lo que pienso de ti, sino decírselo a todo el mundo porque creo que no puedes enfrentarte a "la verdad".

Hoy me doy cuenta porque actué así, porque elijo trabajar el programa "A mi Manera". La respuesta, para mí, es *miedo egocéntrico*. La única forma de librarme un poco de este defecto que he encontrado es trabajar los Doce Pasos de Narcóticos Anónimos y seguir las sugerencias que me dan otros adictos en recuperación.

Durante los últimos dos años he estado atrapado en el programa "A mi Manera", y me hicieron falta algunos acontecimientos devastadores para volver al programa "a la manera de NA".

El mensaje que quiero compartir, todos lo hemos oído y ahora realmente creo en él. El mensaje es: *ifunciona, si lo trabajas!*

Trevor B., Canadá

Vivir el programa ha sido un proceso largo y lento que para mí empezó hace 23 años, con la decisión de pedir ayuda. Cuando pedí ayuda, fue para entrar en otro centro más de desintoxicación. Y acabé en un lugar en el que me presentaron el concepto de enfermedad de la adicción.

¡Me dijeron que me llevaría bastante más de una semana ponerme bien! Todo el mundo veía claramente mi falta de sano juicio menos yo. Tenía ropa bonita, dinero en el banco y sólo 23 años de edad. Si me tapaba los brazos y las cicatrices, tenía buen aspecto. Nadie sabía que tener drogas en el cuerpo durante 24 horas al día era, para mí, más importante de la vida.

Me dijeron que las drogas sólo eran el síntoma de mi problema. Me identificaba con no sentirme nada bien con la idea de una vida sin drogas. Por eso nunca me había mantenido limpia hasta esa última vez. Todo el mundo me decía que dejara de consumir (¡y que dejara a ese novio!).

En esa última desintoxicación, recibí el apoyo de otros adictos en recuperación que hacían lo que yo hacía años que deseaba: ser felices y tener la libertad de elegir. Me presentaron los Doce Pasos que, hasta el día de hoy, nunca dejan de sorprenderme por semejante sabiduría y sencillez sobre cómo vivir.

Cuando empecé a estar limpia, en 1979, no había mucha literatura —y por supuesto ninguna guía para trabajar los pasos— y no mucha gente en esta parte del mundo con más tiempo de limpieza que yo. Con mi fe en el programa, y aprendiendo a poner en práctica principios como la paciencia, la fe y el valor, pude mantenerme limpia de día en día desde entonces.

Estoy convencida de que mi pasión por llevar el mensaje y tener una confraternidad me ayudó a mantener a raya a una enfermedad de naturaleza muy egocéntrica. Aprendí pronto en recuperación que, cuando me levanto por la mañana, resulta útil recordar que soy adicta, tomar la decisión de no consumir sólo por hoy y pedirle a Dios que me

ayude a ser cariñosa con los demás y conmigo misma. Funciona.

Cuando me resisto a hacer lo que tengo que hacer, entro en "modo control". Empiezo a refunfuñar y a querer cambiar mi realidad. Mi día no va bien y dejo de aceptar el presente. No me cabe duda de que si sigo en esa línea, me sentiré cada vez peor y acabaré por tener que consumir otra vez.

Sigo luchando para conseguir y mantener el equilibrio. Debo cuidar mis necesidades diarias. Cuidarme significa hacer cosas como comer bien, hacer ejercicio para mantener mi sistema inmunitario sano y ayudarme en la autoaceptación, y hacer un poco de servicio. Después tengo que entregarme al resto de mi vida y las responsabilidades, y lo hago con gusto.

Aún le tengo miedo a mi enfermedad, así que sigo inmersa en la confraternidad. Supe después de acabar mi Quinto Paso y verme claramente por primera vez en mucho años, que no tenía por qué volver a consumir, siempre y cuando siguiera las sugerencias básicas.

Sigo escribiendo y compartiendo los pasos. Cada vez que trabajo todos los pasos, adquiero una mayor comprensión de mí misma que me lleva a una nueva conciencia y honestidad para conmigo misma.

Tengo un grupo habitual en el que participo y ante el que soy responsable. Si no voy, me echan de menos y me llaman, porque los miembros de mi grupo se preocupan por mí. Esto no significa que no tenga una vida fuera de NA, de hecho la tengo y muy satisfactoria.

NA me mantiene centrada en lo que necesito, en las cosas importantes de la vida, de lo contrario quedo atrapada en cosas que no tienen ninguna importancia, como querer otro par de zapatos.

El compromiso de servicio me ha salvado la vida más de una vez. Nunca lo he usado como un sustituto de mi recuperación personal, sino más bien como una estructura de apoyo y una forma de seguir participando. El compromiso a nivel de grupo me ha guiado por lo menos a una reunión por semana donde, casi siempre, escucho lo que necesito escuchar.

El servicio también ha sido un catalizador en mi aprendizaje de las tradicio-

nes y los conceptos. Practicarlos me ha dado aún más libertad. He llegado a darme cuenta del poder y la sabiduría de un grupo trabajando por un objetivo en común. Y, por supuesto, el servicio también ha hecho que mis defectos de carácter saltaran a la primera plana.

Apadrino a varias mujeres. No les pido que hagan lo que yo misma no hago. Son una fuente constante de desafío e inspiración para que siga madurando y aprendiendo en todas las áreas. El padrinazgo ha tenido un papel importante en enseñarme a comunicarme, escuchar y amar.

Actualmente tengo una relación de copadrinazgo con una mujer en Australia. Compartimos trabajos escritos sobre los pasos, las tradiciones y los conceptos por email o por correo. Por suerte, nos las arreglamos para vernos para nuestro Cuarto y Quinto Paso. Cuando siento que necesito más experiencia, confío en que ella me conoce lo suficientemente bien para ayudar a orientarme.

El padrinazgo era difícil en los primeros tiempos en Nueva Zelanda. Me sentía aislada y hambrienta de confraternidad. Las comunicaciones, por entonces, no eran tan instantáneas. Estaré siempre agradecida a las mujeres que se tomaron su tiempo para escribirme y apoyarme desde entonces y hasta ahora. Hoy tengo amigas en mi país que están a mi lado, si estoy dispuesta a ser humilde.

Valoro mucho la intimidad que hoy en día tengo con las mujeres. Antes de NA, no confiaba en ellas para nada. ¡No tenían lo que yo quería! También aprecio el extraordinario aliento, cariño y respeto que he recibido de mis compañeros varones en Sydney, Australia. ¡Quiero a esos chicos!

No quería estar limpia a menos que eso significara divertirme. Tenía una aversión tan grande a la normalidad. ¡En algunos aspectos sigo teniéndola! Mi vida ha estado y sigue estando llena de diversión y oportunidades que jamás hubiera soñado.

Me río con mis amigos. Aún puedo ser maligna y maliciosa, pero no dañina como en el pasado. Hoy en día, tengo relaciones fértiles y duraderas con todo tipo de personas porque a través de los pasos y tradiciones he aprendido a ser yo misma ante Dios y los demás.

Puedo ser espontánea y tengo la libertad de decir lo que pienso y creo. Sí, a veces todavía me arrepiento de lo que digo, pero hoy lo hago mejor que antes, cuando era una persona que se contenía, lo filtraba todo y nunca decía lo que realmente pensaba sobre nada.

A los 35 años, me convertí en madre y pasé por el choque del perder mi independencia, mientras, al mismo tiempo, aprendía sobre el amor incondicional. Seguro que la maternidad es el trabajo más responsable que he tenido en mi vida. También es el más dichoso. Estoy convencida de que ha mantenido joven mi mente, recordándome cómo jugar, lo mismo que los jóvenes que llegan hoy en día al programa.

Caramba, tengo tanto que decir ahora que he empezado. Mis miedos eran tan enormes que resultaban un lastre en mi vida. No puedo creer que haya participado y estado comprometida con un sueño que se hizo realidad hace más de 20 años.

Y no se trata de ningún poder que tuviera antes, sino más bien de la bendición que recibí de tener la capacidad de adherirme a este programa, dejar a un lado mis dudas y tener fe en un poder más grande que yo. El camino desde esa mujer asustada, autodestructiva y castigada que era yo cuando llegué a NA ha sido muy largo.

*Janet C., Nueva Zelanda*

## Mantenerse limpia, pase lo que pase

Siento como si apenas recordara ser madre. He perdido dos hijos. La palabra "pérdida" quita gravedad al vacío que causaron sus muertes en mi vida.

Mis hijos murieron con tres meses de diferencia el uno del otro. Traumatizada, me vi funcionando por puro instinto visceral. Hasta entonces no tenía experiencia con la muerte en mi familia inmediata, pero conocía el papel de víctima/superviviente y me sentí derrotada.

Cuando ese instinto visceral se me metió dentro, supe lo que tenía que

hacer. Mis reacciones se basaban en las herramientas que mi recuperación en NA me había dado.

Primer Paso: "No puedo."

Segundo Paso: "Nosotros podemos."

Tercer Paso: "Necesito ayuda."

Y pedí ayuda.

Meditaba una y otra vez con una simple plegaria pidiendo ayuda, y con la Oración de la Serenidad. Sentía que mi Poder Superior me llevaba en brazos y llegué a creer que podía mantenerme limpia, pasara lo que pasara.

Mi familia, mis amigos y mi comunidad local estaban incrédulos. La pérdida era difícil de comprender, no sólo para mí, sino también para ellos. A menudo sólo necesitaba alguien con quien estar, para no estar sola. NA puso mucha gente en mi vida, un grupo habitual, un propósito para vivir y la sensación de pertenecer a alguna parte.

Mis problemas con la confianza, el abandono y el duelo se cobraron su precio en mi familia, así como en las relaciones que había construido en NA. Por supuesto que, como buena adicta que soy, aparecieron sentimientos de ser diferente, de vergüenza y egocentrismo. Lo único que podía pensar era: ¿por qué a mí?

Mis hijos se suicidaron. Hasta que pasó aquello, mi comprensión sobre la forma de tratar con el duelo era básicamente una solución tipo parche. Es decir, llorar al menos una vez, escribir una carta de despedida, decir lo que una quisiera, leérsela en voz alta a alguien, y soltarlo. Hoy en día sé que no es tan sencillo.

Es difícil y a veces abrumador estar alrededor de la gente, los lugares, las cosas o los acontecimientos que activan el recuerdo de mis hijos.

El plan de acción que utilizo hoy para superar esos momentos incluye la planificación de fechas señaladas, eventos y cualquier otra cosa que pueda surgir ese día. Mis sentimientos cambian rápidamente, y, a veces, no puedo enfrentarme a la vida tal cual es; por eso necesito tener algún tipo de plan. Mi madrina, amigos, mi Poder Superior y mi familia me apoyan en esos días.

He revisado el enfoque tipo parche. Esto es lo que ahora me funciona: llorar cuantas veces lo necesite. Escribir. Ha-

blar. Compartir lo que tenga que compartir y tan a menudo como me haga falta. Y soltarlo lo mejor que pueda.

Con frecuencia lo suelto por medio de la práctica de un rito de reflexión. Quemo cartas, objetos personales o copias de fotos junto con alguna hierba aromática. Este rito me ayuda a sentir que estoy ofrendando un tributo de amor.

A medida que se eleva el humo, visualizo el pensamiento de poner a mis hijos en las manos de Dios. Aunque sé que nada puede devolver a los muertos, esa energía me nutre. Quedarme en silencio durante un momento me permite sentir que puedo *hacer* algo. Les mando mi amor y energía todos los días.

Puedo pensar en mi PS de muchas maneras y embarcarme en varios ritos de consuelo. Sin embargo, sé que lo realmente importante es mantenerme limpia, viviendo sólo por hoy, y compartir y preocuparme por los demás a la manera de NA.

*Debbie N., Minnesota*

## Un programa de humildad

Para mí, el programa de NA equivale a humildad, algo que la recuperación exige. Tengo que ser humilde para poder dar y recibir. Tengo que ser humilde para poder aprender y enseñar.

La humildad es la sensación que tengo cuando estoy frente a una gran montaña. Es el respeto reverencial que siento ante la inmensidad de la montaña y el sentido mágico de la vida en sí.

Para mí, humildad significa no interferir, no interponerme en el camino de... (llena tú el espacio en blanco) y no intentar tener razón ni ser importante.

La humildad me ayuda a mantener mi punto de vista flexible y receptivo para no perder demasiado tiempo defendiendo opiniones estancadas o que se han vuelto anticuadas.

Humildad es aceptar la necesidad de cambios.

Humildad es saber que no hay dónde ir. Que el camino es uno solo: el camino de NA.

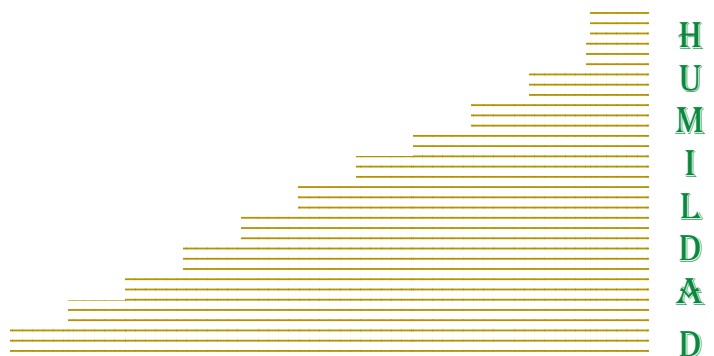
Humildad es aceptar que no sé, aceptar que mi camino es aprender y abrir la puerta a los nuevos maestros.

Humildad no significa abandonar mis sueños y ambiciones. Sino más bien hacer realidad esos sueños sin adularme.

Humildad es saber que en cualquier situación, buena o mala, hay una enseñanza que aprender, y que yo soy el alumno.

Humildad es saber dónde estoy, y estar allí.

*Miko N., Israel*



# En el buen camino

Acabo de terminar mi clase en el colegio y me he sacado un sobresaliente. ¿Te lo puedes creer? ¡Un diez!

Cuando consumía, nunca sacaba más de un cinco. Gracias a NA, he descubierto una manera divertida de estudiar y descubrir algo nuevo cada día.

No hace mucho tiempo me expulsaron, y aquí, en Rusia, eso es algo muy grave. Mi madrina me ayudó a superar ese gran drama.

Cuando empecé a estar limpia, no tenía madrina, y me apadrinaban todos. Durante un tiempo estuvo bien, pero después vi que necesitaba una madrina que me ayudara con los pasos. Necesitaba alguien con quien compartir todos mis secretos.

Al final conseguí una madrina en una reunión y me ha ayudado mucho. Somos amigas y la quiero con toda el alma. Trabajar los pasos de NA con mi madrina y estudiar filosofía oriental me ha ayudado a encontrar un poco de paz de espíritu.

Me gustaría contar que mi grupo aquí en Chita funciona bien. Cada vez hay más gente y esperamos que con las nuevas traducciones de literatura de la Oficina de Servicio Mundial podamos cumplir mejor con nuestro propósito primordial.

No hay duda de que mi Poder Superior está funcionando en mi vida y que estoy en el buen camino.

*Irina Z., Russia*

Cartas de los lectores:  
Viene de la página 2

- ◆ Una reunión de NA es el cubo de la basura si estoy lleno de basura. Llego a las reuniones con lo que llevo dentro. A veces es experiencia, fortaleza y esperanza; otras, dolor, tomento, sufrimiento. Depende lo que bien que haya aplicado el programa a todos los aspectos de mi vida, y varía de un día a otro.
- ◆ Sí, me enseñaron a no levantarme e irme de la reunión, haya o no compartido. Si lo hago, a lo mejor me pierdo precisamente lo que tengo que escuchar para mantenerme limpio.
- ◆ Uno de mis mayores defectos de carácter es la organización del tiempo. Pero sé una cosa, si llego tarde a una reunión y tengo que compartir, ¡lo haré!
- ◆ Coincido en que una reunión sobre un paso o un tema es sobre eso, pero si alguien tiene un problema o está sufriendo, ojalá pueda compartir para que no tenga ganas de consumir. Los compañeros pueden identificarse con esa persona, compartir su experiencia y esperanza, y después seguir compartiendo sobre el tema para que la reunión no se aleje de él.
- ◆ ¿Y qué pasa con lo que solemos decir al principio de las reuniones: "no cuesta nada pertenecer a esta confraternidad" y "eres miembro cuando tú lo dices"? ¿La Tercera Tradición es válida sólo para los que ponen dinero en la cesta? ¡Claro que no! Si tienes dinero, ponlo. Si no, quizás la próxima. Mientras tanto, sigue viniendo y participa completamente; tú eres miembro porque dices que lo eres, no porque tienes dinero para contribuir.
- ◆ No estoy aquí para complacerte ni para seguir tus reglas; estoy aquí para salvar mi vida. Si da la casualidad de que te ofendo en el proceso, me disculpo por la parte que me toca en create un resentimiento, pero no voy a poner mi vida en peligro sólo para que estés contento.

- ◆ No, no necesariamente tengo que compartir en todas las reuniones a las que voy, pero si quiero, tengo derecho a hacerlo. Si mi padrino dice que tengo que compartir, entonces probablemente lo haga. A lo mejor necesito un empujón para salir de mi cascarón. En todo caso es un asunto entre mi padrino y yo, que, da la casualidad que no eres tú. Avanzaré en mi recuperación a mi ritmo, con la ayuda de un Poder Superior bondadoso y el cariño y la receptividad que encuentro en la *mayoría* de las reuniones de NA del mundo.

Escrito con amor e interés hacia todos los adictos, independientemente de su salud, enfermedad, tiempo limpio o progreso.

*Frankie H., Carolina del Norte*

Vivir el programa:  
Viene de la página 5

los dones continuados de mi participación activa en mi recuperación personal en NA.

Para terminar, me gustaría agradecer a todos los miembros que me han ayudado en mi recuperación. Mucha gente me ha ayudado no sólo a lograr 20 años de limpieza sino también a librarme de la degradación de la adicción activa. Los miembros de NA—recién llegados y veteranos por igual— me inspiran a seguir limpio.

Sólo por hoy, me alegro de ser adicto. Me encanta lo que la recuperación me da. Es más que estar limpio, ¡es una forma de vida!

*Bill L., Ohio*



## Formar parte de

A finales del verano de 2001, mientras estaba sentado en el vestíbulo de un hotel del centro, en un sofocante día de calor en Atlanta, pensaba que soñaba. Tres miembros de los Servicios Mundiales de NA —uno de ellos había venido desde Nueva Zelanda— hablaban de celebrar la convención mundial durante el fin de semana del 4 de julio de 2002. Nos estaban informando de lo que teníamos que tener para formar parte de este maravilloso evento.

Mi mente retrocedió al Día del Trabajo de 1979, cuando se celebró la 9ª CMNA en el hotel Biltmore de Atlanta. En esa convención me pasaron dos cosas: supe por primera vez que no estaba solo y conocí, me casé y después me divorcié de la oradora del vienes por la noche.

Ahora, 23 años más tarde, ¡al fin tenía la ocasión de formar parte de una convención mundial! La región me eligió como secretario/tesorero del comité. ¡Qué horror! Nuestro comité trabajó mucho para reclutar a los voluntarios necesarios, que era la tarea principal del comité de apoyo a la CMNA. ¡Qué alivio! Los SMNA eran los que iban a tener que preocuparse de organizar la convención. Hicimos sugerencias para la elección de oradores, pero sobre todo convocamos a 1500 voluntarios y elaboramos los calendarios y horarios para que trabajaran en la inscripción, prepararan los programas, se ocuparan de la venta de recuerdos, la información de la convención, actividades, inscripción de voluntarios y de actuar como mantenedores de la serenidad.

De alguna manera, y por la gracia de nuestro Poder Superior, conseguimos hacerlo todo. Yo hice muy poco en comparación con otros miembros del comité que trabajaron mucho. Por razones que aún no logro comprender, me pidieron que abriera la convención el jueves por la noche.

Los SMNA había montado una presentación en pantalla grande con PowerPoint con fotos del Biltmore y el salón único con capacidad para los 500 miembros que asistieron a la convención de 1979. Esas fotos ofrecían un contraste impresionante con la convención de este año, cuya reunión del sábado por la noche se celebraría en el Georgia Dome.

Me puse de pie en el podio y lloré mientras miraba a los miles de hermanos y hermanas adictos. Me acordé de *cuántos* nos parecían quinientos adictos en 1979, y lo *poco* que era esa "gran cantidad" comparada con el número de adictos de esa noche. Me di cuenta de que la "gran cantidad" de esta noche seguía siendo apenas una pequeña parte de los muchos que aún llegarían, y volví a llorar.

Algunos miembros de los SMNA nos había dicho que habría momentos que nunca olvidaríamos y éste seguramente era un de ellos.

Nada, sin embargo, me preparó para la celebración del Día de Unidad del sábado por la noche en el Georgia Dome. Nos dijeron que en las convenciones anteriores no habíamos podido establecer una comunicación telefónica con la India. Pero esa noche, todos estábamos de acuerdo en que sucedería el milagro.

# Grupo habitual\*

*"En Narcóticos Anónimos existen muchas maneras de hacer las cosas, y así como cada uno de nosotros tenemos una personalidad propia, también tu grupo desarrollará su propia identidad, su modo de hacer las cosas y su habilidad especial para llevar el mensaje. Y así debe ser. En NA estimulamos la unidad, no la uniformidad."*

Guía del grupo, p. 1

Esta es una columna para ti, sobre ti y hecha por ti. Te invitamos a compartir los problemas a los que pueda haberse enfrentado tu grupo, las soluciones que encontró y/o ese "algo especial" que te hace volver.

\*Para información actualizada sobre la nueva columna del grupo de *The NA Way*, véase página 16.

## Sobre ser útil

Me convertí en representante de servicio del grupo (RSG) antes de llevar un año limpio y aprendí, por medio de la dura experiencia, a ir con el estómago lleno. Además, cuando consumo cafeína, trato de consumir la suficiente para evitar que la gente oiga mis ronquidos, pero no la suficiente para enzarzarme en disputas a gritos.

Las reuniones del comité de servicio de área (CSA), como la guerra, son aburridas, salvo cuando no lo son. Puede que la guerra no sea una buena comparación con una reunión del CSA, pero a nosotros (a las personas, no sólo a los adictos) nos va bien el conflicto.

Me han dicho, y lo he oído muchas veces, que lo más importante que puede hacer un RSG es comprar literatura para el grupo y tener al día los horarios de las reuniones. No sé las prioridades, pero esas son sólo algunas de las tareas de un RSG.

También es responsabilidad nuestra que los fondos excedentes de nuestro grupo vayan a la estructura de servicio. En mi región, esto significa darle el dinero al tesorero del CSA, que, una vez pagado el alquiler, el teléfono, la literatura de HeI e IP, las actividades y las actas, da el resto al Comité de Servicio Regional (CSR).

También me han dicho que llevara papel y lápiz, porque no puedo depender de tener las actas del CSA antes de la conciencia de mi grupo habitual, y, aunque las tenga, me puedo olvidar de llevarlas al grupo. Tomar notas duplica de posibilidad de que tenga algo importante que informar a mi grupo.

Mi sistema para tomar notas es escribir todo lo que pueda ser importante y después repasarlas, poner un asterisco en las cosas que quiero que sepan los miembros de mi grupo habitual. Lo más importante son las mociones que tienen que votar los grupos y las candidaturas para los puestos vacantes del CSA.

Para mí es mucho mejor cubrir los puestos vacantes acercándome a la gente directamente y diciéndole que me parece que podrían hacer muy bien tal o cual servicio. A lo mejor esto me ha convertido en un miembro del comité de Cel (culpa e intimidación), pero el mensaje llega a donde quiero que llegue.

Si me limito a anunciar en una reunión los puestos vacantes, por lo general no obtengo respuesta, o incluso puedo alertar a algunos adictos hambrientos de poder de que hay algo libre para que pongan en práctica su manipulación.

Para mí es importante elegir mis batallas en el trabajo de comité. Tengo opinión sobre todos los temas de discusión, pero me la reservo para los que considero más importantes.

Mi experiencia como coordinador me ha enseñado que la mayoría de los comités están dominados por unos pocos individuos que sienten la necesidad de expresar su opinión sobre todos los temas. Mi "solución" es recomendarlos para puestos de coordinación donde tienen prohibido expresar su opinión, su única obligación es darles

la oportunidad a todos los que tengan algo que decir de expresar sus puntos de vista. Por lo general aprenden la lección y se convierten en mejores miembros de comité.

Ser RSG y otros puestos de servicio ha sido una experiencia de crecimiento. Me quedo corto si digo "una experiencia gratificante", porque me ha dado mucha práctica en el trabajo de los pasos. Debo recordar que soy impotente sobre otras personas, que hay un poder más grande que yo a cargo y que tengo que dejar pasar lo que pase.

El servicio a menudo me obliga a examinar mi papel en la creación y solución de conflictos, y a compartir esa experiencia. Es posible que me dé cuenta de que hago cosas que sé que no están bien y me acuerde de pedir ayuda para cambiar esos comportamientos. Tengo que ver a las personas a las que he hecho daño y hacer las enmiendas necesarias. Tengo que admitir que no soy perfecto, pero lo intento.

Funciona, si lo trabajas.

*Jim M., Región Chesapeake y Potomac*

## Encontrar un hogar

*El siguiente artículo es de un miembro del Alto Dharamsala, India, en el Himalaya, en el extremo norte de la India. Es el refugio de muchos budistas tibetanos exilados, así como del Dalai Lama. Es un sitio muy remoto y se tardan horas en jeep para llegar incluso a la estación de tren.*

*Ten en cuenta que en la cultura tibetana ser adicto es una desgracia y por lo general algo que nunca sale de la familia. Para estos hombres, entrar en NA y declararse adictos es una demostración de enorme valentía y comprensión del principio de anonimato.*

Quiero compartir con todos que parece que NA en Dhasa es finalmente una realidad. El invierno pasado, después de perder nuestro lugar de reunión y no tener reuniones desde enero, recibí un email diciéndome que las reuniones de NA se celebrarían los sábados y miércoles. Ahora hay seis adictos tibetanos va-

rones que quieren tener reuniones y participar en el trabajo de traducciones. Las reuniones se celebran en tibetano.

También hay otros once o doce miembros tibetanos en Delhi en un centro de tratamiento y saldrán pronto. Cuando vuelvan tendremos que encontrar un local más grande para reunirnos.

Parece que, después de cuatro años de haber abierto NA aquí por primera vez, la cosa empieza a funcionar!

*Lisa M., India*



## NA se ha portado muy bien conmigo...

Narcóticos Anónimos me ha regalado sueños que no sabía que existían y que pudieran hacerse realidad. No podría hacer una lista para mencionarlos todos, sería demasiado larga!

Uno de esos sueños que no sabía que existían cuando empecé a estar limpio en 1986 era el servicio que me permitirían hacer en NA. El servicio viene en diversas formas y tamaños. Hacemos servicio lo mejor que podemos y, mientras lo hacemos, nos damos cuenta de qué es lo que mejor podemos hacer.

Quizás el mejor regalo de servicio que he recibido es el honor y el privilegio de que me invitaran a compartir mi recuperación en convenciones. He tenido la oportunidad de ser orador en varias convenciones de NA desde 1997.

Mientras hacía este servicio en particular, experimenté un profundo despertar espiritual, que se ha convertido en la base para hacer enmiendas a todos los que necesitan oírlos y a mí mismo también.

Creo que el vocabulario, la elección de palabras y el uso de malas palabras son cosas que hace tiempo se discuten en toda la confraternidad. Me han llamado polémico, irreverente, radical y hasta militante. Pero tengo que reconocer mi parte en esto, por muy pequeña o grande que parezca.

Soltar palabrotas para mí ha sido una lucha. Una lucha ardua y cuesta arriba para moderar y suavizar mi vocabulario. Ahora uso menos malas palabras que antes, pero sé que dormirme en los laureles no es suficiente.

Siempre que comparto en una convención, aviso que tengo tendencia a usar un vocabulario "pintoresco". La incómoda realidad es que durante mucho tiempo pensé que este descargo de responsabilidad me bastaba para no ser consciente del vocabulario que usaba. Hasta mi última experiencia en una convención, no supe hasta qué punto mi uso de palabrotas oscurecía mi mensaje.

Un adicto, cuya opinión respeto mucho, me mandó un email después de la convención en la que había compartido. El email hablaba, en parte, de lo decepcionados que estaban muchos miembros de que fuera tan malhablado. También señalaba que en su comunidad local de NA, no toleraban que se dijeran palabrotas en las reuniones y me indicó diferentes formas en que abordaban el problema.

El compartir tan franco de ese adicto tuvo un efecto impresionante en mí.

Uno de los regalos más importantes que NA me ha dado es mi respetabilidad como ser humano. El respeto y la dignidad son atributos de los adictos en recuperación, si queremos conseguir unidad y colaboración para crear un ambiente sano y cariñoso tanto para los recién llegados como para los veteranos.

Parte de mi nueva conciencia consiste en no pisotear la sensibilidad de ningún adicto usando palabrotas inapropiadas. Mi responsabilidad, creo, es hacer todo lo que pueda para superar esa separación.

He llegado a entender que el uso de malas palabras, para llamar la atención o inconscientemente, no es apropiado cuando soy orador en una convención, sin duda cuando mi presencia representa el mensaje de recuperación que llevamos en NA. No tengo derecho a echar a compañeros adictos de ninguna reunión sólo porque prefieran que se hable correctamente, como debe hablarse.

Por mi programa y por mí mismo, ahora estoy dedicado a convertirme en una persona que ya no usa palabrotas cuando está en el podio de Narcóticos Anónimos.

Agradezco el desafío de continuar convirtiéndome en una persona mejor y descubrir la esencia del respeto a mí mismo.

*Bob G., California*

Formar parte de:  
Viene de la página 11

¿Y qué pasó? ¡Pues sí, pudimos comunicarnos con la India!

Una compañera me puso la mano en el hombro y los dos rompimos a llorar cuando me dijo: "Scott, esta noche tenemos nuestro milagro". Fue en aquel momento cuando supe que formaba parte de una confraternidad mundial y que estábamos siendo testigos del amanecer de Narcóticos Anónimos alrededor del mundo.

De pronto me sentí unido a todos los miembros de NA y a mi Dios. Fue, y es, indescriptible.

En enero de 2003 cumpliré 60 años, y el mes que viene, 29 años limpio. He pasado ahora casi la mitad de mi vida como miembro limpio y en recuperación de Narcóticos Anónimos. Cuando empecé a estar limpio, en 1974, apenas había 1000 miembros de NA en todo el mundo. Ahora somos legiones.

Gracias por permitirme formar parte de todos ustedes y por ser ustedes una parte tan grande de mí. Todo lo que es bueno y decente en mí es un resultado directo de nuestro programa y de mi Poder Superior.

Gracias por darme este programa y llevarme hasta mi Poder Superior.

Con amor y bendiciones,  
*Scott A., Georgia*

# Imagínatelo

Invitamos a las comunidades de NA a mandarnos fotos de sus lugares de reunión. Nos interesan especialmente las que incluyan formatos de las reuniones, literatura de recuperación, carteles, tazas de café sucias... cualquier cosa que ayude a que el lugar tenga «ambiente». Lamentablemente no podemos publicar fotos que identifiquen a miembros de NA. Cuéntanos cosas sobre la reunión: cómo se llama, dónde está, hace cuánto que existe, qué formato tiene (de orador, de participación, etc.).



Éste es uno de los dos grupos de Ystad, un pequeño pueblo del sur de Suecia. Se llama Ystadgruppen (Grupo de Ystad). Nos reunimos los martes (Pasos/Tradiciones), los viernes (tema) y los sábados (Undécimo Paso con meditación) a las 19 hs.

Somos entre 10 y 14 miembros habituales y a veces, cuando tenemos visitas, hay unas 22 personas en las reuniones. Esperamos ver la foto de nuestro grupo en la revista NA Way.

*Grupo Ystad, Suecia*



## Slim de Hel

Para los que aún no han tenido el placer de conocerlo, Slim es un personaje fundamental de Hospitales e Instituciones. Va por las cárceles y los hospitales de todo el mundo. Se podría decir que siempre sabe todo y no para. ¿Tienes alguna pregunta sobre Hel? ¿Necesitas ayuda? Escríbele a Slim de Hel a la Oficina de Servicio Mundial.

### Querido Slim de Hel:

Soy un recluso de una cárcel estatal que cumple cadena perpetua. Hace unos años que asisto a las reuniones de aquí. Estamos en cierto modo aislados (muy lejos) y el comité local de Hel sólo puede organizar una reunión por mes, pero tenemos una reunión interna de NA una vez por semana.

Tengo la suerte, y estoy agradecido, de poseer un ejemplar del Texto Básico, pero me siento un poco confuso y frustrado. Al escuchar a los compañeros que vienen a compartir y a los miembros de NA de aquí dentro, así como al leer el texto, entiendo que la recuperación es trabajar los Doce Pasos. Quiero lo que tienen esos compañeros de Hel: la paz de espíritu necesaria para sentirse bien con uno mismo.

Sé que necesito un padrino, alguien que me ayude con los pasos, así puedo mantenerme limpio y vivir mi vida. Lo que estoy preguntando básicamente es: ¿cómo consigo un padrino? Conozco algunos compañeros que tienen padrinos de la otra confraternidad, pero como soy adicto yo necesito uno de NA. Le he preguntado a algunos compañeros de Hel que vienen aquí si querían apadrinarme, y me han dicho que no podían por un conflicto de intereses. Por favor, necesito ayuda. Quiero vivir en paz con lo que me rodea y conmigo mismo.

Luisiana

### Querido amigo de Luisiana:

“¿Cómo consigo un padrino?”

Sinceramente, ojalá hubiera una forma fácil de contestar esa pregunta. Sé que la Oficina de Servicio Mundial recibe muchas cartas de adictos que, como tú, buscan un padrino.

Durante un tiempo, muchos comités se comprometían con el servicio de padrinazgo entre rejas. Desgraciadamente, en esta época son raros esos comités. Estoy seguro de que si en el área o la región en la que está ubicada tu institución existiera ese servicio, los miembros de Hel te habrían informado. Sé que hay quienes piensan que el padrinazgo es algo que debe hacerse en persona, pero según las circunstancias, uno tiene que saber adaptarse a ellas y hacer lo que puede de la mejor manera.

Tienes miembros de Hel que organizan una reunión una vez por mes. Tienes algunos compañeros dentro que conocen un poco NA. También tienes un ejemplar del Texto Básico, *Narcóticos Anónimos*, que incluye el capítulo cuatro, “Cómo funciona”. Tendrás que hacer algunos esfuerzos, y los demás también, para hacer que estas herramientas funcionen. Sin embargo, creo que pueden funcionar.

Espero que esto empiece a aclararse para ti, y para los adictos que lleguen a tu institución.

Si quieres trabajar los pasos, a lo mejor te iría bien centrarte en el capítulo cuarto del Texto Básico. Si es posible, trata también de conseguir uno o más ejemplares de *Funciona: cómo y por qué* (el libro de NA sobre los pasos y las tradiciones). A continuación podrías pedirle a los miembros de Hel que fueran a la institución a compartir su experiencia con los pasos.

Después se podría cambiar el formato de la reunión interna y alternar una reunión de estudio de los pasos con otra de discusión sobre un tema. A medida que empieces a fortalecer tu experiencia y conocimiento de los pasos, y algunos de los principios que expresan, tal vez encuentres otro adicto con intenciones serias de vivir el programa y, entre los dos, podrían empezar a trabajar los pasos juntos.

A lo mejor, alguien con cierto conocimiento previo de NA podría ser un buen compañero para empezar. A medida que los dos avancen y pase el tiempo, tarde o temprano, tú, y quizá el otro recluso, hayas recorrido los pasos y estés disponible para apadrinar. Esto podría seguir creciendo hasta que haya un número de reclusos apadrinándose entre sí.

Mientras pases por este proceso, trata de usar a los miembros de Hel de fuera como caja de resonancia —si están dispuestos— y compara tu trabajo de los pasos con la forma en lo trabajan los miembros de fuera.

Sé que ésta no es la manera sugerida o perfecta de lograr el objetivo que se propone el padrinazgo y el trabajo de los pasos, y estoy seguro que algunos miembros no estarán de acuerdo con este método; sin embargo, como ya he dicho antes, tienes que adaptarte a las circunstancias y hacerlo lo mejor que puedas.

Confío en que mientras trabajas los pasos, identificarás principios espirituales que puedes aplicar en todos los aspectos de tu vida. Cuando eso suceda, todo irá bien y, pase lo que pase, te deseo lo mejor.

*En servicio con cariño,  
Slim de Hel*

# ¿Por qué estamos aquí?

Escribo para hablar de algo que poco a poco está teniendo cada vez más importancia en mi región —Greater Philadelphia— y, supongo, en otras partes. Es la evolución de las reuniones sin palabrotas.

Personalmente no tengo problemas con que un grupo pida al principio de la reunión que cuidemos nuestro vocabulario debido a la presencia de niños o por disposición del local en el que se celebra la reunión, y dejarlo ahí. Sin embargo, esto ha derivado en la creencia de que erradicar las malas palabras de todas nuestras reuniones sería una buena idea.

Lo que sucede es que si estás compartiendo y dices una palabrota, el moderador te interrumpe y te informa de que estás en una reunión en la que no se permite el uso de malas palabras.

Esto podría no parecer muy importante, pero en una región que ha conseguido quitarse de encima la mayoría de las polémicas de "entrecasa" —otras confraternidades, reuniones de intereses especiales, etc.—, este tema está convirtiéndose rápidamente en una acalorada controversia.

Estos miembros bien intencionados creen que podemos dar ejemplo al recién llegado si manifestamos que parte de estar limpio consiste en limpiar nuestro vocabulario. He oído a algunos veteranos de aquí decir que están cansados de las palabrotas y las llaman "el vocabulario de la enfermedad".

He oído a algunos miembros usar la justificación común de la Cuarta Tradición para imponer una idea a su grupo, y descuidar la Tercera, que establece claramente el único requisito para ser miembro y participar.

Como adicto en recuperación que ama a NA, que sigue escribiendo y trabajando los pasos, que quiere ayudar a los recién llegados y que ha intentado ser servidor durante los últimos y maravillosos 12 años, me resulta muy difícil aceptar que me vigilen en las reuniones por mi vocabulario, que algunas veces es "vistoso".

Amigos, esto no es una iglesia ni un curso de lengua. No estamos aquí para corregir el uso del idioma. Si hubiera llegado a NA y sólo hubiera oído compartir a los "mejores", me habría resultado mucho más difícil identificarme.

Además, estas reuniones de vocabulario limpio están en claro desacuerdo con la Tercera Tradición. Recordemos que estamos aquí para salvar algunas vidas de los horrores de la adicción, ino para algo tan insignificante como perfeccionar los talentos retóricos de la gente!

Nuestra causa es mucho más importante y mucho más noble. No olvidemos de dónde venimos ni a quién tenemos que ayudar, para eso estamos aquí.

*Sólo otro adicto \*\*\*\* y comprometido,  
Pensilvania*

## La nueva columna del grupo

Como hemos recibidos tantas sugerencias fantásticas para el título de la nueva columna del grupo y seguimos sin decidirnos sobre el nombre, ampliamos la fecha límite al **1 de noviembre de 2002**. Mientras tanto, hasta que hayamos elegido el nombre de la columna, la llamaremos *Grupo habitual*.

Queremos recordarte que "no lo compliques". La revista se publica en inglés, francés, alemán, portugués y español, y, a veces, cuando un título rima o suena bien en inglés, no siempre se puede traducir con el mismo efecto a otro idioma.

Puedes seguir mandando tus ideas sobre el título de la columna a *The NA Way Magazine*, 19737 Nordhoff Place, Chatsworth, CA 91311, USA, o por email a [nancys@na.org](mailto:nancys@na.org).

# San Diego

## ¡Uno de los cinco destinos más solicitados de EEUU!

San Diego es una de las ciudades más solicitadas como destino de verano, especialmente para convenciones, ya que el tiempo es siempre cálido y agradable. El precio de las habitaciones es especialmente alto —como en Nueva York y San Francisco—, con las típicas tarifas de vacaciones en los hoteles del centro, de 200 a 300 dólares por noche. El centro de San Diego está lleno de restaurantes y lugares de música caliente. Es posible que los precios de esta convención te parezcan más caros que los de la mayoría de las convenciones mundiales. Sin embargo, los descuentos que conseguimos son tan importantes que es prácticamente imposible encontrar algo más barato en el centro. Las habitaciones se podrán reservar a partir del 1 de diciembre de 2002 y se acabarán rápido, así que hay que estar al tanto. No hay manera de reservar habitación antes de esa fecha. Llamar directamente a los hoteles no servirá de nada, así que te pedimos por favor que tengas paciencia.





# Así que quieres ser orador en la 30ª CMNA...

¡Esperamos con ilusión celebrar el 50º aniversario de Narcóticos Anónimos en julio del 2003! Promete ser una experiencia increíble y te pedimos ayuda para buscar oradores para esta celebración especial.

**Nombres y/o cintas de miembros que desean ser oradores en algún taller de la convención mundial.**

Los requisitos de tiempo limpio son: diez años para las reuniones principales y cinco años para los talleres. Los oradores de los talleres se seleccionarán de la lista de preinscripción de la conferencia.

**Miembros que desean evaluar las cintas de oradores.**

Deberán estar dispuestos a hacer servicio; disponer del tiempo necesario para hacerlo (habrá que evaluar aproximadamente 100 cintas); capacidad para cumplir con los plazos; un mínimo de cinco años de limpieza y rellenar el formulario de información de la Reserva Mundial.

---

**Rellena el siguiente formulario y envíalo a la OSM por correo, fax o email. Las recomendaciones de oradores para talleres y/o las propuestas para evaluar cintas deben enviarse lo antes posible, como máximo el 31 de enero del 2003. También se puede mandar una cinta a la OSM.**

Nombre de la persona para ser oradora de un taller: \_\_\_\_\_

Estoy dispuesto a evaluar cintas: \_\_\_\_\_

Calle \_\_\_\_\_ Apt./piso \_\_\_\_\_

Ciudad \_\_\_\_\_ Estado/Provincia \_\_\_\_\_

País \_\_\_\_\_ Código postal \_\_\_\_\_

DTeléfono diurno ( ) \_\_\_\_\_ Teléfono nocturno ( ) \_\_\_\_\_

Fecha de tiempo limpio \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_ (Diez años para reuniones principales y cinco años para talleres.)

Actualmente pienso asistir a la 30ª CMNA. Marcar con un círculo: Sí / No / No sé

Enviar la solicitud por fax o email a +1 (818) 700-0700 o [WCNAspeaker@na.org](mailto:WCNAspeaker@na.org).

Por correo: NA World Services

Attn: WCNA 30 Speakers

PO Box 9999

Van Nuys, CA 91409, USA

Si tienes alguna pregunta, llama al +1 (818) 773-9999.



## La 30ª CMNA...

# más cerca de lo que piensas

**¡Faltan sólo nueve meses para el 50º aniversario de Narcóticos Anónimos y la 30ª CMNA! Esta mega celebración tendrá lugar del 3 al 6 de julio de 2003 en San Diego, California. Debido al enorme significado histórico del acontecimiento, te pedimos ayuda.**

### Ayuda a nuestro equipo de la CMNA...

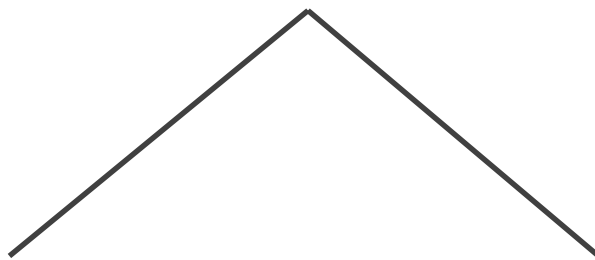
- reuniendo información gráfica y escrita de la historia de NA en el mundo.
- recomendando oradores para talleres y/o mandando cintas para que se evalúen.
- identificando miembros dispuestos a evaluar las cintas recibidas.

### Historia escrita y cintas ...

- En la 30ª CMNA, esperamos crear un variado tapiz que represente nuestra pintoresca historia. Desde sus humildes orígenes en 1953, NA ha pasado en todos estos años por muchos períodos difíciles —que casi han desaparecido— para llegar a convertirse en la confraternidad mundial que conocemos hoy como Narcóticos Anónimos.
- ¿Tiene tu grupo artículos de interés que podamos exhibir en esta celebración especial? Si tú, tu área o tu región tienen algo que estarían dispuestos a compartir con el resto del mundo, por favor envíalo a la Oficina de Servicio Mundial lo más pronto posible o ponte en contacto con la OSM para pedir más información. A veces, los folletos, las fotos y otros recuerdos pueden hablarnos de una manera única y poderosa.
- También nos gustaría recopilar historias escritas sobre los comienzos de Narcóticos Anónimos en tu comunidad y te pedimos que pienses en la posibilidad de preparar esta información para que se distribuya en la 30ª CMNA.
- Si tienes una cinta o estás interesado en evaluar cintas de oradores, rellena por favor el formulario de la página anterior. Si no tienes ninguna cinta, también puedes enviar tu nombre y la información personal del formulario. Cuando elijamos a los oradores de los talleres, usaremos la lista de preinscripciones para tratar de determinar quiénes asistirán a la convención. Para mayor información, también puedes ponerte en contacto con [WCNASpeaker@na.org](mailto:WCNASpeaker@na.org).

**Ésta es tu oportunidad de participar en este evento único en la vida y de darle auténtico sentido a la frase: *¡juntos podemos!***

## **¡Esperamos verte en julio de 2003!**



## **Tú también puedes convertirte en un miembro responsable y productivo...**

### **¿Tienes...**

- ◆ *cinco años o más de limpieza, experiencia de servicio y conocimientos que podrían ser útiles para los proyectos de los Servicios Mundiales?*

### **¿Ya has ...**

- ◆ *mandado tu nombre a la Reserva Mundial con la versión anterior del formulario de información?*

### **Si has contestado que sí a alguna de las dos preguntas, entonces ...**

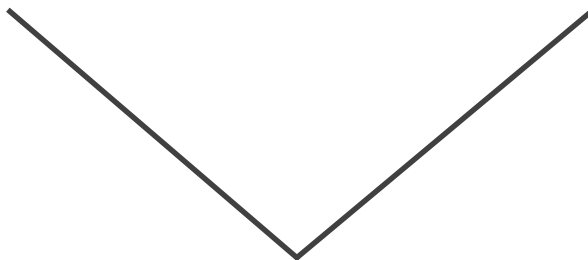
- ◆ *tienes que mandar el nuevo y mejorado Formulario de Información de la Reserva Mundial. En él encontrarás campos mejor adaptados a nuestra nueva y perfeccionada base de datos.*

Ser miembro de la Reserva Mundial te da la oportunidad de servir desinteresadamente a TU confraternidad. También significa que tu nombre esté disponible para proyectos y/o candidaturas.

Cuando la Junta Mundial busca miembros (y puedes ser TÚ) para participar en los proyectos o grupos de trabajo, o cuando hacen falta candidatos para las elecciones de la Conferencia de Servicio Mundial, se buscan en la base de datos las personas que reúnan ciertos requisitos.

Se puede solicitar el Formulario de Información de la Reserva Mundial a la OSM. También se puede rellenar y enviar a través del sitio web de los Servicios Mundiales de Narcóticos Anónimos, [www.na.org](http://www.na.org). Si lo deseas, también puedes mandarlo por correo o fax. La dirección postal de la OSM es: 19737 Nordhoff Place, Chatsworth, CA 91311, USA. El número de fax es: +1 818.700.0700.

**No sigas privando a tus compañeros,  
a ti y a tu servicio durante más tiempo...  
¡inscríbete hoy mismo!**





# CALENDARIO

Los invitamos a dar publicidad a su evento a través de nuestro sitio web y de *The NA Way Magazine*. Pueden informar a la OSM por fax, teléfono, correo o directamente en nuestro sitio web. Los animamos a usar el sitio web en el que podrán ver si ya está anunciada su convención o, en caso contrario, introducir la información pertinente, que una vez revisada y formateada se publica aproximadamente al cabo de cuatro días en el calendario online de nuestro sitio web. Les sugerimos ir a la dirección [www.na.org](http://www.na.org), pinchar en "NA Events" y seguir las instrucciones.

Los anuncios introducidos en nuestro sitio web y los que se reciban por otros medios también se remitirán a *The NA Way*. Esta revista sale cuatro veces por año (enero, abril, julio y octubre). Como se inicia la producción de cada número mucho antes de la fecha de distribución, necesitamos recibir el aviso del evento como mínimo con tres meses de antelación para garantizar que se publique en la revista (tres meses antes de nuestras fechas de publicación). Por ejemplo, si quieren que el evento se anuncie en el número de octubre, tenemos que saberlo alrededor del 1 de julio.

## Argentina

**Córdoba:** 15-17 nov.; X Convención Regional Argentina (CRANA X); Hotel Luz y Fuerza, Villa Giardino; reservas hotel: +54 11 43425464; escribir a: NA Argentina, San Martín 66, 2do 216, Bs. As., Argentina; [www.na.org.ar](http://www.na.org.ar)

## Australia

**Victoria:** 17-19 ene.; 2ª Convención de las Áreas Tasmanian y Victorian 2003; St Hilda's College, University of Melbourne, Melbourne; información evento: +61.395.92.2345; escribir a: Australian Region, Box 2470V, Melbourne, VIC 3000, Australia

## Bermuda

**Southampton:** 28-30 mar.; 3ª Convención del Área Bermuda Islands; Sonesta Resort Hotel, Hamilton; reservas hotel: 441.238.8122; información evento: 441.296.2492; inscripción evento: 441.295.5300; fecha límite cintas oradores: 1 marzo 2003; escribir a: Bermuda Islands Area, Box DV690, Devonshire, DVBX, Bermuda

## Brasil

**Parana:** 13-15 dic.; 9ª Área Enconpasso-Parana; "Somos una visión de esperanza"; Curitiba; información evento: 329.0005 (en el país), 264.8443 (en el país); escribir a: Parana Area, Caixa Postal 18118, Curitiba CEP 80811-970, Parana, Brasil

**São Paulo:** 17-20 oct.; XIII Convenção Regional de NA; Serra Negra; información evento: +55.11.6693.6713, +55.11.9688.1194; escribir a: NA Brasil, Rua Dr. Costa Valente 144, 2º andar Sala 24 cep 03052-000, São Paulo SP, Brasil; [www.na.org/13crna](http://www.na.org/13crna)

## Canadá

**Columbia Británica:** 15-17 nov.; Convención Canadiense X; "The Adventure"; Coast Plaza Hotel and Suites, Vancouver; reservas hotel: 604.688.7711; información evento: 604.572.0815, 604.828.3629; escribir a: British Columbia Region, CCNA X, Box 54140, Lonsdale West RPO, North Vancouver, BC V7M 3L5, Canada; [www.bcrscna.bc.ca](http://www.bcrscna.bc.ca)

**Ontario:** 7-9 feb.; Convención del Área Toronto III; Crowne Plaza Hotel, Toronto; escribir a: Toronto Area, Box 5700 Depot A, Toronto, Ontario M5W 1N8, Canada; [www.torontona.ca](http://www.torontona.ca)

**2)** 28-2 feb.; Convención Regional de Ontario XVI; Sheraton Hamilton Hotel, Hamilton; reservas hotel: 800.325.3535; información evento: 905.529.5515; escribir a: Ontario Region, Box 5939 Depot A, Toronto, Ontario M3W 1P3, Canada; [www.orcna.org/o.r.c.n.a.xvi.html](http://www.orcna.org/o.r.c.n.a.xvi.html)

## Costa Rica

**San José:** 14-17 nov.; Convención Regional de Costa Rica VII; "Vivo en libertad...un despertar espiritual", Best Western Irazú, San José; reservas hotel: [asolano@grupomarta.com](mailto:asolano@grupomarta.com); información evento: 506.382.2727, 506.376.4250; escribir a: CRNACR VII, Box 2148-1000, San José, Costa Rica

## El Salvador

**San Salvador:** 28 nov.-1 dic.; CRENAES I; Convención Regional; Costa del Sol, San Salvador; escribir a: El Salvador Region, 55 Ave Sur Y Ave Olimpica N 10, San Salvador, El Salvador

## Estados Unidos

**Alabama:** 7-9 feb.; Out of the Darkness into the Light VII; Holiday Inn, Decatur; reservas hotel: 256.355.3150; información evento: 256.852.2308, 256.498.5031, 256.751.2088; escribir a: NAACC, Box 18231, Huntsville, AL

**Alaska:** 11-13 oct.; Convención Regional Alaska XVIII; Millennium Hotel, Anchorage; reservas hotel: 800.544.0553; información evento: 907.522.2069, 907.349.9707, 907.332.4539; escribir a: Alaska Region, Box 102924, Anchorage, AK 99510-2924; [www.akna.org](http://www.akna.org)

**Arkansas:** 7-9 mar.; ARVANA 10th Annual Hangin' in the Fort Convention; Fifth Season's Inn, Fort Smith; reservas hotel: 479.452.4880; información evento: 479.484.0254, 479.561.2307, 479.522.7515; fecha límite cintas oradores: 10 Jan 2003; escribir a: Arkansas River Valley Area, Box 5631, Fort Smith, AR 72913

**California:** 11-13 oct.; Rainbow Convention VII; Ramada Plaza Hotel, San Francisco; reservas hotel: 800.227.4747; información evento: 415.401.7095; información cintas oradores: 415.550.8393; inscripción evento: 415.401.7095; escribir a: San Francisco Area, The Rainbow Convention, 78 Gough St, San Francisco, CA 94102-5902

**2)** 10-12 ene.; Tri Area Convention III; Red Lion Inn, Redding; reservas hotel: 530.221.8700; información evento: 530.321.8069, 530.892.9399; [www.triareaconventionregistration.com](http://www.triareaconventionregistration.com)

**3)** 21-23 feb.; Convención Regional California Central XI; "Keep It Simple"; Marriott, Ventura; reservas hotel: 877.983.6887; información evento: 805.937.5870, 661.250.2164; inscripción evento: 805.382.1922; escribir a: CCRCNA, Box 2170, Santa Maria, CA 93457-2170; [www.ccrna.org](http://www.ccrna.org); email: [ccrcna-registration@excite.com](mailto:ccrcna-registration@excite.com)

**4)** 3-6 Jul; CMNA-30; 30ª Convención Mundial; "50º Aniversario de NA"; San Diego Convention Center, San Diego; escribir a: NA World Services, 19737 Nordhoff Pl, Chatsworth, CA 91311

**Carolina del Norte:** 3-5 ene.; WNCA XVIII; "Spiritually High in the Land of the Sky"; Ramada Plaza Hotel, Asheville; reservas hotel: 800.678.2161; información evento: 828.683.6144, 828.686.0785; escribir a: Western North Carolina, Box 16238, Asheville, NC 28816

**2)** 21-23 feb.; Freedom by the Sea II; Holiday Inn Sun Spree Resort, Wrightsville Beach; reservas hotel: 877.330.5050; información evento: 910.342.0693, 910.815.3147, 910.792.1709; escribir a: Coastal Carolina Area, Box 561, Wilmington, NC 28401

**Carolina del Sur:** 21-24 nov.; Festival Serenidad XX; Myrtle Beach Convention Center, Myrtle Beach; reservas hotel: 910.602.3546; información evento: 910.326.5529, 910.997.3395, 843.602.7738; escribir a: Carolina Region, Serenity Festival Planning Committee, Box 1198, Myrtle Beach, SC 29578-1198

**Colorado:** 11-13 oct.; CRCNA XVI; Millennium Harvest-House, Boulder; reservas hotel: 303.443.3850; información evento: 303.427.2068; escribir a: Colorado Region, Box 1437, Denver, CO 80201-1437; [www.nacolorado.org/CRCNA](http://www.nacolorado.org/CRCNA)

**Florida:** 4-6 oct.; Convención MidCoast 2002; Embassy Suites-Boca Raton, Boca Raton; reservas hotel: 1.800.EMBASSY; información evento: 561.702.2000, 561.945.7488; escribir a: MidCoast Area, Box 1613, Delray Beach, FL 33447; [www.midcoastarea.org/MCCNA](http://www.midcoastarea.org/MCCNA)

**2)** 18-20 oct.; Convención del Área Heartland; "Real Freedom Is Possible"; Grenlefe Resort, Haines City; reservas hotel: 863.421.5004; inscripción evento: 863.667.2087; información evento: 863.647.0863

**3)** 8-10 nov.; Rainbow Weekend VI; Ramada Plaza Marco Polo Beach Resort, Miami Beach; reservas hotel: 877.327.6363; inscripción evento: 954.426.4746; información cintas oradores: 954.925.0344; escribir a: New Path Group, 1231 A Las Olas Blvd, Ft Lauderdale, FL 33301; [www.rainbowweekend.org](http://www.rainbowweekend.org)

**4)** 23-26 ene.; 14º Retiro espiritual del Área Palm Coast; en Gold Coast Christian Camp, Lantana; inscripción evento: 561.743.5578; información evento: 561.630.6446; escribir a: Palm Coast Area, Box 20984, West Palm Beach, FL 33416

**Georgia:** 10-12 ene.; Peace in Recovery XV; Wingate Hotel, Augusta; reservas hotel: 800.993.7232; información evento: 706.793.5454, 706.564.5391, 803.279.0172; escribir a: CSRA, Box 133, Augusta, GA 30901

**Hawai:** 24-27 oct.; HRCNA XI; "E Pupukahi (Somos uno)"; Radisson Waikiki Prince Kuhio Hotel, Waikiki; reservas hotel: 888.557.4422; escribir a: Hawaii Region, Box 90365, Honolulu, HI 96835; [www.na-hawaii.org/convention.htm](http://www.na-hawaii.org/convention.htm)

**Idaho:** 24-26 oct.; 26 Convención Pacific Northwest; Doubletree Boise Riverside, Boise; reservas hotel: 800.222.8733; inscripción evento: 208.886.9856; información evento: 208.869.4568; información cintas oradores: 208.866.8221; escribir a: Southern Idaho Region, Box 651, Wendell, ID 83355; [www.sirna.org/pnw26.htm](http://www.sirna.org/pnw26.htm)

**Illinois:** 15-17 nov.; GIRCNA VI; "Never Alone, Never Again"; Mark Twain Hotel, East Peoria; reservas hotel: 309.699.3000; escribir a: Greater Illinois Region, Box 6326, Peoria, IL 61601-6326

**Kansas:** 4-6 oct.; Dodge City NA Roundup; Moose Lodge, Dodge City; información evento: 620.225.3066; inscripción evento: 620.225.6505; escribir a: Dodge City Area, 2317 Fairway Dr, # A, Dodge City, KS 67801; [www.angelfire.com/ia/naroundup](http://www.angelfire.com/ia/naroundup)

**Massachusetts:** 10-12 ene.; Weathering the Storm; Sheraton Braintree, Braintree; reservas hotel: 781.848.0600; información evento: 508.653.2342, 617.592.2131; inscripción evento: 617.427.8207; fecha límite cintas oradores: 1 oct. 2002; escribir a: Boston Area, 398 Columbus Ave, Boston, MA 02116

**Minnesota:** 28 Feb-2 mar.; Circle of Sisters 6ª Convención anual de mujeres; **NOTA: Cambio de hotel:** Doubletree Grand, Bloomington; reservas hotel: 952.854.2244 o [charity.marra@starwoodhotels.com](mailto:charity.marra@starwoodhotels.com); inscripción evento: 651.487.5000; información cintas oradoras: 651.455.4888; información evento: 612.879.8203; escribir a: South Suburban Fireside Area, Circle of Sisters 6, Industrial Station, Box 4580, St Paul, MN 55104

**Nebraska:** 18-20 oct.; NRCNA XIX; Howard Johnson Inn, Lincoln; reservas hotel: 402.464.3171; escribir a: Nebraska Region, NRCNA XIX, Box 29693, Lincoln, NE 68529-0693; [NRCNA@nebraska.org](mailto:NRCNA@nebraska.org)

**2)** 21-23 feb.; Close Encounters of the Clean Kind; Best Western Redick Hotel, Omaha; reservas hotel: 888.342.5339; información evento: 402.551.5199; fecha límite cintas oradores: 31 Dec 2002; escribir a: Eastern Nebraska, Box 3937, Omaha, NE 68102; [www.close-encounters-na.com](http://www.close-encounters-na.com)

**Nueva Jersey:** 1-3 nov.; Área Northeast; Together We Can in the Spirit of Unity VIII; Sheraton Hotel, Newark; reservas hotel: 973.690.5500; inscripción evento: 732.613.6149; información evento: 908.653.0004, 908.355.3200; escribir a: Northeast Area of New Jersey, Box 409, Roselle, NJ 07203

**2)** 31 Dec-I ene.; BASCNA 9ª Convención de año nuevo; "Come to Believe"; East Brunswick Hilton, East Brunswick; reservas hotel: 800.445.8667, 732.868.2000

**3)** 21-23 feb.; Celebrating Recovery II; "The Process Continues"; Wyndham Hotel / Newark Airport, Newark; reservas hotel: 800.996.3426; inscripción evento: 973.399.2751; información evento: 973.623.8526, 973.416.0095; escribir a: Greater Newark Area, Box 3412, Newark, NJ 07103

**Nueva York:** 4-6 oct.; Lighting the Way IV; Sheraton Hotel, Hauppauge; reservas hotel: 631.231.1100; inscripción evento: 631.581.1234; información cintas oradores: 631.580.3827; escribir a: Suffolk Area and Greater New York Region, Box 460, Islip Terrace, NY 11752; [www.sasna.org](http://www.sasna.org)

**2)** 9 nov.; Miniconvención Área Nassau; Valley Stream Central High School, Valley Stream; información cintas oradores: 516.541.6022; información evento: 516.322.1061, 516.647.9625; escribir a: Nassau Area Convention Committee, 161 Levittown Pkwy Ste 12, Hicksville, NY; [www.nassauna.org](http://www.nassauna.org)

**Nuevo México:** 14-16 mar.; Convención Regional Rio Grande XIV; Best Western Inn and Suites, Farmington; reservas hotel: 800.528.1234; inscripción evento: 505.327.5221; [www.riograndena.org](http://www.riograndena.org)

**Ohio:** 29 oct. - 1 nov.; Convención del Área Greater Cincinnati; King Island Resort, Cincinnati; información evento: 513.396.6881, 513.661.2583, 513.706.1139; escribir a: Greater Cincinnati Area and Northern Kentucky, Box 19439, Cincinnati, OH 45219; [www.nacincy.org](http://www.nacincy.org)

**2)** 3-5 ene.; Convención del Área Central Ohio (COACNA XIV); Columbus Marriott North, Columbus; reservas hotel: 800.228.3429; información evento: 614.257.0407; escribir a: Central Ohio Area, Box 32351, Columbus, OH 43232-0351

**Oregón:** 1-3 nov.; PCRNA; Días de aprendizaje de servicio del Oeste XVI; Holiday Inn-Portland Airport Hotel and Trade Center, Portland; reservas hotel: 503.256.5000; información evento: 541.547.4162, 541.607.7042; escribir a: Pacific Cascade Region, WSLD #16, Box 71942, Eugene, OR 97401-0281

**2)** 14-16 feb.; Convención del Área Mid-Willamette Valley V; "The Journey Is Spiritual"; Spirit Mountain Lodge and Casino, Grande Ronde; reservas hotel: 888.668.7366; inscripción evento: 503.393.8444; información evento: 503.391.4614; información cintas oradores: 503.585.8748; escribir a: Mid-Willamette Valley Area, Box 17525, Salem, OR 97305

**Pensilvania:** 15-17 nov.; Start to Live XX; Hilton Pittsburgh and Towers, Pittsburgh; reservas hotel: 800.445.8667; información evento: 412.853.2742; inscripción evento: 412.366.3244; información cintas oradores: 412.243.6968; escribir a: Tri State Region, Box 337, Homestead, PA 15120

**Tennessee:** 27 nov.-1 dic.; Convención Regional Volunteer XX; Sheraton Music City, Nashville; reservas hotel: 615.885.2200; inscripción evento: 615.399.0545; información cintas oradores: 615.364.3047; información evento: 615.868.3356; escribir a: Volunteer Region, Box 121961, Nashville, TN 37212; www.NAnashville.org

**Texas:** 4-6 oct.; Frolic in the Woods; Garner State Park, San Antonio; reservas hotel: 512.389.8900; información evento: 210.699.4806; www.eanaonline.org

**2)** 11-13 oct.; Convención del Área Northside; Chain-of-Lakes Resort, Cleveland; reservas hotel: 832.397.4000; inscripción evento: 281.446.8734; información cintas oradores: 936.441.1644; información evento: 281.923.7454; escribir a: Northside Area, Texas NA Region, Box 3594, Humble, TX 77338; www.nacna.org

**3)** 18-20 oct.; Convención Regional Best Little XV; Holiday Inn, Midland; reservas hotel: 915.697.3181; información evento: 915.368.0515, 915.682.2946, 915.363.8159; escribir a: Best Little Region, Box 1245, Odessa, TX 79760

**4)** 19-21 oct.; Convención del Área Fort Worth IV; Fort Worth; información cintas oradores: 817.441.1841; escribir a: Fort Worth Area, Box 122028, Fort Worth, TX 76121

**Utah:** 8-10 nov.; URICNA IV; Take My Will and My Life (Convención de veteranos); Park City Marriott, Park City; reservas hotel: 800.234.9003; información evento: 801.230.7853; escribir a: Utah Region, Box 520397, Salt Lake City, UT 84152-0397; www.utahna.org

**Vermont:** 8-10 nov.; CVACNA XIII; "God Brought Us Here; Faith Keeps Us Here"; Sheraton Hotel and Conference Center, Burlington; reservas hotel: 802.865.6600; escribir a: Champlain Valley Area, Box 64714, Burlington, VT 05406-4714; http://www.together.net/~cvana

**Virginia:** 18-20 oct.; OLANA Festival de Unidad X; "Reaching for Hope in the Face of Despair"; Holiday Inn-Chesapeake, Chesapeake; reservas hotel: 757.523.1500; información evento: 757.562.2244, 757.934.1849, 757.562.3079; escribir a: Outer Limits Area, Box 1063, Franklin, VA 23851

**Virginia Occidental:** 25-27 oct.; MRSCNA Convención de Otoño; Cedar Lakes, Ripley; reservas hotel: 340.372.7863; información evento: 304.342.9129; escribir a: Mountaineer Region, Box 2381, Morgantown, WV 26502-2381

**2)** 10-12 ene.; 21ª Convención de las Áreas de Virginia; Hotel Roanoke and Conference Center-Double Tree, Roanoke; reservas hotel: 866.594.4722; información cintas oradores: 540.389.7229; inscripción evento: 540.857.4251; información evento: 540.772.1088; escribir a: Roanoke Valley Area, Box 5934, Roanoke, VA 24012; www.rvana.com

**Washington:** 18-20 oct.; Convención Pacific Northwest #25; "Unlimited Possibilities"; Tacoma Sheraton Hotel, Tacoma; reservas hotel: 253.572.3200; información evento: 206.382.0534 ext 1; escribir a: Pacific Northwest, Box 981, Tacoma, WA 98401; www.wnir-na.org/pnw25.html

**2)** 15-16 nov.; Día de aprendizaje de Hel/IP de Regiones Washington/Northern Idaho; Lake City Community Center, Seattle; escribir a: Seattle Area and Washington/Northern Idaho Region, Box 70404, Seattle, WA 98107

**Wisconsin:** 25-27 oct.; WSNAC XIX; "Renaissance of the Soul"; Radisson Hotel and Conference Center, Green Bay; reservas hotel: 800.333.3333; información evento: 920.430.3744, 920.490.9446; escribir a: Northeast Wisconsin XIX, Box 175, Green Bay, WI 54305-0175; www.wsnac.org

## India

**Maharashtra:** 22-24 nov.; Campamento Área Puna; "Asha (Esperanza)"; Deshpande Bungalow, Pune; email: nairfchair@hotmail.com, napune@hotmail.com

**Matheran:** 16-18 ene.; 10ª Convención del Área Bombay; Widening Horizons; Hotel Riviera, Matheran; información evento: +98.212.09510, +98.201.44155, +98.201.30770; escribir a: Bombay Area, Box 1953, GPO, Bombay 400001 India

## México

**Baja California:** 18-20 oct.; Área Baja Costa; "Una Decada de Esperanza"; Grand Hotel, Tijuana; reservas hotel: 866.472.6385; información evento: 858.277.6438, 626.331.2027, 925.755.8885; escribir a: Area Baja Costa, PMB-80, Box 439056, San Diego, CA 92143

## Nueva Zelanda

**Auckland:** 25-27 oct.; 8ª Convención Regional; "20/20 Vision: Celebrating 20 Years of NA"; Freeman's Bay Community Centre, Auckland; información evento: +0064.0.25.745.611, +0064.0.9.360.7073

## Polonia

**Varsovia:** 8-11 nov.; 12ª Convención Regional Polaca; email para información evento: kowna@go2.pl, janusz@pkhe.pl; escribir a: Región Varsovia, Natolinski Osrodek Kultury, Ul. Na Uboczu 3, 02-791 Varsovia, Polonia.

## Suecia

**Gotenburgo:** 28 feb. - 2 mar.; "En Ny Chans (Una nueva oportunidad)"; 16 Aniversario; Folkets Hus Göteborg, Olof Palmes Plats, Göteborg; inscripción evento: +460707235862; email: ennychans@hotmail.com; www.nasverige.a.se

## Venezuela

**Caracas:** 8-10 nov.; I Convención Regional de Venezuela; Hotel Caracas, Caracas; reservas hotel: www.hiltoncaracas.com.ve; información evento: +58.412.7356740; email: scr@na-venezuela.org; www.na-venezuela.org

# Nuevos productos de la OSM



## Inglés

### Selección de audio del archivo de NA

Este CD es una recopilación de varias reuniones de trabajo y de recuperación de los años 60 y 70. Con estas grabaciones se puede echar un vistazo a nuestro pasado, especialmente a través de los ojos de Jimmy K.

Art. Nº 8950 Precio US \$15,00



## Hebreo

Sólo por hoy  
רק להיום

Art. Nº HE-1112  
Precio US \$7,70

## Japonés

Qué, quién, cómo y por qué

だれが、なにを、なぜ、  
どのように

Art. Nº JP-3101 Precio US \$0,21

## Castellano

Para quienes están en centros  
de tratamiento

Art. Nº CS-3117 Precio US \$0,25

## Chino

Llavero de bienvenida

Art. Nº CH-4100 Precio US \$0,37

# GRUPO HABITUAL

ANTES DE LA RECUPERACIÓN,  
SÓLO VEÍAMOS LA OSCURIDAD  
EN NUESTRA VIDA.



DESPUÉS DE LA RECUPERACIÓN,  
TENEMOS LA LIBERTAD DE VIVIR LA  
VIDA CON LOS OJOS BIEN ABIERTOS.

