



MIENTRAS
SIGA ESTE
CAMINO NO
TENGO NADA
QUE TEMER

■ **EN VOZ ALTA**

- El servicio y yo
- Mi vida

■ **CRENA 2014**

- Impresiones
- Algeciras 2M14

■ **TESTIMONIOS**

- Cambio de rumbo
- Mis primeros años

■ **INFORMES**

- EDM Oporto
- Decisiones CSR



Sumario



BIENVENIDA Y EVENTOS	PAG 03
IMPRESIONES DE LA 32ª CRENA	PAG 04
CRENA EN ALGECIRAS	PAG 06
CAMBIO DE RUMBO	PAG 08
LA IMPORTANCIA DEL SERVICIO EN RECUPERACIÓN	PAG 12
HISTORIA DE NA (PARTE 2)	PAG 14
MI VIDA. TESTIMONIO	PAG 18
MI PRIMERA ETAPA DE RECUPERACIÓN	PAG 20
EL CAMINO DE RETORNO	PAG 22
OPORTO. REUNIÓN DEL EDM	PAG 24
DIARIO DE DECISIONES DEL CSR	PAG 26

Staff



Narcotics Anonymous
Narcóticos Anónimos

Edita: Comité Región Española

www.narcoticosanonimos.es

Teléfono: 902114147

Todos los derechos reservados. Esta publicación no puede ser alterada sin previa autorización del editor.

CONSEJO EDITORIAL:

Manolo B., Pablo N., Ernesto, Borja M., Eduardo H.

Si quieres hacer aportaciones: la revista NA España está abierta a las cartas de todos los miembros que deseen compartir su experiencia en recuperación. No deben exceder las 250 palabras y nos reservamos el derecho de corregirlas y recortar todas las aportaciones que recibamos en la redacción, a través del e-mail

revista@narcoticosanonimos.es. 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. EL AUTOR/A de los textos remitidos a ésta publicación cede a EL EDITOR los derechos de reproducción, distribución en forma de revista y edición digital para su publicación no comercial en cualquier territorio.

La revista NA España publica las experiencias y opiniones personales de miembros de Narcóticos Anónimos, por lo tanto éstas no deben atribuirse a Narcóticos Anónimos en su conjunto. La publicación de un artículo no implica el apoyo de la Confraternidad.●

Bienvenido

Queridos compañeros:

Me llamo Eduardo y soy adicto

Aquí tenéis el nuevo número de la revista de la región española de Narcóticos Anónimos. Como cada número está hecho con mucho cariño y dedicación.

Hemos estado esperando hasta última hora para recibir la información de la CRENA 2014 que se celebró en Algeciras y poder completarlo con alguna fotografía o enlaces a la página web. **www.crena2014.org**

De la misma forma tenemos muchas experiencias de compañeros en recuperación que han decidido compartirlas con nosotros e incluso algún compartir de uno de los oradores que tuvieron la oportunidad de abrir la primera reunión abierta de nuestra Convención.

En este número incluimos también las noticias de nuestro Delegado Regional que, como veáis, su actividad es muy extensa, y también el diario de decisiones de las reuniones que

llevamos a cabo en el Comité de Servicio Regional.

Dos áreas nos han enviado sus anuncios de convivencias para lo que resta de año, Alicante y Barcelona, pero también sabemos que las áreas Penibética, Sur y el Campo de Gibraltar celebran sus convenciones en el segundo semestre el año.

Para finalizar me gustaría invitaros a todos a ser los nuevos servidores de la revista.

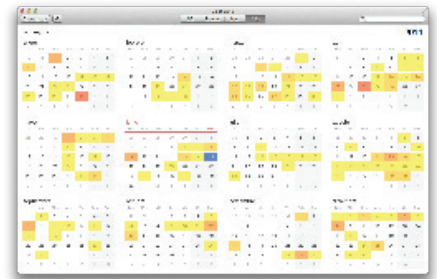
Aunque os parezca un servicio o complicado luego resulta muy fácil ya que cuentas con toda la estructura de impresión, distribución y diseño que ya está planificada, y deseamos que este número de la revista, que pronto tendrá su versión digital, os resulte tan útil como el resto de los que ya hemos publicado. Espero vuestros artículos en la dirección de email:

revista@narcoticosanonimos.es

Un fuerte abrazo y muchas 24 horas.●

Eduardo

revista@narcoticosanonimos.es



CALENDARIO ORIENTATIVO EVENTOS POR ÁREAS

- ENERO: CSR
- FEBRERO: VALENCIA
- MARZO: GRUPOS NORTE
- ABRIL:
- MAYO: CRENA
- JUNIO: SIN EVENTO (PAUTA) - CSR
- JULIO:
- AGOSTO:
- SEPTIEMBRE:
CANARIAS Y BARCELONA
- OCTUBRE: PENIBÉTICA Y ALICANTE
- NOVIEMBRE: ÁREA DEL SUR
- DICIEMBRE: CAMPO DE GIBRALTAR



CONTAMOS CONTIGO

Lugar: Hotel ALLON MEDITERRANEA, Avda. del Puerto, 4 Vilajoyosa (Alicante). 03570
www.hotelallon.es

Preios:

1. En el momento de la llegada al Hotel: 150€
2. Preinscripción: 100€
3. Familiar: 100€
4. Niños de 0 a 12 años: Gratis De 12 a 17 años: 45€
5. Individual en el momento de la llegada: 150€
6. Individual preinscripción: 100€
7. Inscripción: 7€/Día

Para ello podrá realizar una transferencia bancaria al número de cuenta de la Caixa:
2100 2060 34 0300025111, indicando nombre, área y teléfono.

El hotel Allon Mediterránea se encuentra frente al mar de la Costa Blanca lugar de Relax y encuentro con la Naturaleza.

Participa en la II Convención del Área de Alicante. Compañeros os esperamos con los brazos abiertos.

Teléfonos de Interés:

Coordinador: Pedro 639 352 676

Alojamiento: Daniel 637 591 244

Tesorería: Christian 671 699 230

Agenda: Manuel 696 601 868

Correo electrónico: area.alicante.na@gmail.com

CONVIVENCIAS

26, 27 Y 28 DE SEPTIEMBRE

La próxima Convivencia de Barcelona, se harán en Salou en el hotel Sol Costa Daurada (****). El evento se realizará los días 26, 27 y 28 de Septiembre del 2014 donde celebraremos los 30 años de NA en España, pues es donde se empezaron a realizar las reuniones de NA en España.

Para más información sobre el hotel no dejes de visitar la página:
<http://www.fahotel.com/hotel-sol-costa-daurada/>

Dirección: Avinguda Països Catalans, s/n. 43840 Salou (Tarragona)
Telf: 977 011 400

La inscripción anticipada será, adictos.....	100,00€
Habitación Individual.....	155,00€ (Plazas limitadas)
Familiares.....	85,00€
Los niños hasta 12 años: 50%.....	
Inscripción insitu.....	110,00€
Inscripción para pasar el día.....	5,00€

Las preinscripciones se abren dos semanas antes del evento.

Nº de la cuenta de la Caixa:
2100 1364 24 0200134138

Alojamiento: Javier: 675 34 81 69.
Comunicaciones Irene: 639 018 791

Impresiones sobre la 32ª CRENA

realizada los días 6, 7 y 8 de junio del 2014 en el Hotel Reina Cristina. Algeciras



Para comenzar, en nombre de todo el comité nuestro agradecimiento a todos los miembros que han asistido por su saber estar y comprensión hacia el comité, después de que algunos habían hecho muchos kilómetros para estar en la convención presentes.

Desde mi punto de vista para los miembros del comité, algunos muy jóvenes en unos servicios de organización de esta convención, solo tengo palabras de agradecimiento, por su saber estar, incluso en momentos críticos como los del viernes, cuando comenzamos a hospedar a todos los visitantes.

Por supuesto en nombre de todo el comité nuestro agradecimiento a todos los miembros que han asistido por su saber estar y comprensión hacia el comité, después de que

Hemos tenido una asistencia aproximada de 300 personas entre miembros hospedados, familiares, inscripciones in situ y visitas.

algunos habían hecho muchos kilómetros para estar en la convención presentes.

Hemos tenido una asistencia aproximada de 300 personas entre miembros hospedados, familiares, inscripciones in situ y visitas.

Por supuesto un recordatorio a los miembros que desde el anonimato, han realizado un gran trabajo, como la pág. Web, las grabaciones de los oradores y del taller y los miembros que han realizado entrevistas con las diferentes autoridades de Algeciras.

A nuestra inauguración asistió el subdelegado de la Junta de Andalucía, unos de los



A nuestra inauguración asistió el subdelegado de la Junta de Andalucía, uno de los comisarios de la policía nacional, un teniente de la guardia civil en representación de la comandancia y miembros de equipo médico de la UDH (unidad de desintoxicación hospitalaria)

Todos los miembros agradecemos la oportunidad de haber servido para haber hecho posible esta 32 CRENA 2014, que además coincide con los 30 años de Narcóticos Anónimos en la Península.



En Algeciras hemos conseguido un gran logro, que conozcan a NA, porque hasta ahora parece ser que éramos la gran desconocida para las autoridades

comisarios de la policía nacional, un teniente de la guardia civil en representación de la comandancia, miembros de equipo médico de la UDH (unidad de desintoxicación hospitalaria)

Y el responsable del gobierno de Gibraltar de las cárceles e instituciones. Todos comentaron luego, lo impresionados que quedaron por la forma de compartir de los oradores en la reunión de bienvenida. En especial el teniente de la guardia civil, que para él ha conocido un perfil de adicto en recuperación totalmente diferente de lo que está acostumbrado a ver.

En Algeciras hemos conseguido un gran logro, que conozcan a NA, porque hasta ahora parece ser que éramos la gran desconocida

para las autoridades y se ha creado un vínculo de colaboración con algunos estamentos que habrá que consolidar a partir de ahora. Haciéndole llegar toda esta información al Área del Campo de Gibraltar

Los talleres según los asistentes han sido un gran éxito. Comentando los diferentes miembros que han recopilado muy buenas ideas para poner en práctica.

Y para finalizar todos los miembros agradecemos la oportunidad de haber servido para haber hecho posible esta 32 CRENA 2014, que además coincide con los 30 años de Narcóticos Anónimos en la Península.

Sin más, un gran saludo de todo el Comité de la 32 CRENA 2014 de nAlgeciras.

32ª CRENA ALGECIRAS 2014



Porque todos estamos en el mismo barco, la celebración de la CRENA 2014 en Algeciras ha supuesto un importante cambio de rumbo. Durante el fin de semana del 6, 7 y 8 se celebró en Algeciras la última edición de la Convención Regional de Narcóticos Anónimos de la región española, que también llamamos: CRENA.

En la revista hemos estado esperando hasta última hora el informe de los servidores para adjuntar la información.

Lo que ahora publicamos es sólo una nota informativa sobre lo que resultó un fin de semana estupendo de recuperación, diversión y compañerismo.

Cerca de 300 compañeros en recuperación

Lo que aquí publicamos es una nota informativa sobre lo que resultó un fin de semana estupendo de recuperación, diversión y compañerismo

y unos 15 familiares nos dimos cita en las instalaciones del precioso Hotel Reina Cristina, así como autoridades, responsables del área sanitaria, centros de recuperación y otros. Las personalidades que estaban invitadas y no pudieron asistir se disculparon personalmente, lo que también es de agradecer y demuestra su interés por nuestra labor.

Una vez superados los problemas de instalación y alojamiento que surgieron el viernes por la noche comenzamos inmediatamente con la agenda programada: una reunión abierta, después la cena y después un concierto acústico, para ya acostarnos e ir reponiendo fuerzas para la jornada que no sesperaba. El sábado cargado de actividades.

La jornada del sábado fue muy intensa, con reuniones abiertas y cerradas por la mañana y por la tarde.



El taller de hospitales e instituciones fue subvencionado, de manera que muchos compañeros que estamos siguiendo o qué vamos a servir en este servicio pudimos estar presentes por eso también debemos estar muy agradecidos.



Se celebraron dos talleres: Uno sobre el nuevo sistema de servicio y un taller de Hospitales e Instituciones, H&I.

Asimismo se celebraron dos talleres: Uno sobre el nuevo sistema de servicio impartido por miembros con experiencia en este nuevo sistema, y un taller resultó especialmente útil y que hubo de impartirse en dos partes por la mañana y por la tarde: El taller de Hospitales e Instituciones, H&I. Miembros de Europa que hacen éste servicio, en concreto Reino Unido Holanda e Irlanda, nos deleitaron con sus conocimientos y experiencias. Emotivo e inspiracional, muy didáctico.

La asistencia a los talleres fue más que sig-

nificativa y muy participativa. Por eso queremos dar las gracias especialmente a todos los que hicieron posible.

El taller de hospitales e instituciones fue subvencionado de manera que muchos compañeros que estamos sirviendo o qué vamos a servir en H&I pudimos estar presentes. Por ello también debemos estar muy agradecidos.

Entre risas charlas, cafés y ch apuzones las horas iban pasando.

Después de la última reunión y de una fantástica cena pudimos disfrutar de otro de los conciertos, en este caso de flamenco.

El domingo por la mañana tuvimos otra reunión abierta y las actividades típicas en estos momentos, la cuenta atrás y el cierre de la Convención

Como aporte especial queremos comen-

taros que todos los audios de las reuniones abiertas y del taller de Hospitales e Instituciones fueron grabados y están disponibles en la página web www.crena2014.org para todo aquel que los quiera escuchar.

Conseguimos que quien no haya podido asistir a la CRENA pueda disfrutar de lo que todos tuvimos la suerte de vivir allí durante esos días

Sabemos que lo primordial es pasar el mensaje para el adicto que todavía sufre, donde quiera que esté y con los medios que estén a nuestro alcance.

Muchas gracias a todos los compañeros del comité de organización que coordinaron estos tres días de recuperación y amistad, sin ellos nada de esto hubiera sido posible.

Un abrazo y felices 24 horas.

CAMBIO DE RUMBO

Mi nombre es Ernesto y soy adicto: Buenas noches a todas y todos los que habéis renunciado estar en otro sitio y habéis decidido estar hoy aquí. Bienvenidos familiares, compañeros y amigos, os deseo que paséis un buen rato. Voy a compartir acerca de cambiar de rumbo. Ahora estamos aquí, pretendemos que estemos aquí con plena consciencia, lo que vamos a experimentar es completamente nuevo.



Al cambiar de rumbo quiere decir que antes tenía otro, quería consumir, ese era mi deseo y ese era mi rumbo, era una fuerza que me superaba. Así fue al principio, después se convirtió en necesidad, ya no se trataba de querer, tenía que consumir sí o sí. Hacía muchas cosas para consumir, pero también hacía otras para no consumir.

No podía parar y ese es el verdadero problema. Se convirtió en una forma obsesiva de controlar la compulsión por el consumo. No había forma de parar mediante el control. Por poner un ejemplo, me decía: si te has metido también puedes salir. Además, era lo que

Había veces que tenía que andar kilómetros, no había ningún obstáculo que me detuviera para consumir. ¿Cuál es la diferencia con respecto a este cambio de Rumbo?

El error es que no se trata de "voluntad ni de poder".

Éstas eran esclavas de la compulsión. Lo que me valió es la buena voluntad y no puedo.

sonaba por ahí, las personas que tenía a mi alrededor me decían: Ernesto le tienes que poner voluntad, "tu puedes". Con esas dos palabras me obcecaba mucho más. La palabra "puedes" para mí era sinónimo de obcecación, así como la voluntad a seca, no me valía, éstas también se pueden usar para consumir. Creo que no era dueño de la voluntad. Las veces que me proponía de no consumir eran más desastrosas. Había veces, que me decía que iba a consumir un poco solamente, ese día era el peor ¡No era cuestión de voluntad! Había veces que tenía que andar kilómetros, no había ningún obstáculo que me detuviera para consumir. ¿Cuál es la diferencia con respecto a este cambio de Rumbo? El



La buena voluntad, la honestidad y la humildad me llevaron a buscar ayuda, salí de mi prepotencia cuando me dije ¡NO PUEDO CON ÉSTO! ¡por favor, ayúdame! Al pedir ayuda tuve la suerte de caer en un programa, sencillo, de Doce Pasos.

error es que no se trata de "voluntad ni de poder". Éstas eran esclavas de la compulsión. Lo que me valió es la buena voluntad y no puedo. Esto representó la gran diferencia. El verdadero "Cambio de Rumbo" comenzó con el deseo sincero de dejar el consumo, con la buena voluntad y no puedo. ¿En qué consiste la buena voluntad? No tenía que hacerlo solo. ¿Por qué no hay que hacerlo solo? Porque solo "no puedo". Cuando se llega a la obsesión de controlar el consumo, resulta que la vida se vuelve ingobernable. Como es ingobernable, es imposible de tener cordura, aunque, a mí me parecía que la tenía. ¿Si no puedo qué hago? PEDIR AYUDA. Al poco tiempo de iniciar el nuevo rumbo me di cuenta que me había enredado tanto que no podía tener sano juicio.

(La buena voluntad, la honestidad y la humildad) me llevó a buscar ayuda, salí de mi prepotencia cuando me dije ¡NO PUEDO! con esto ¡por favor ayúdame! Al pedir ayuda tuve la suerte de caer en un programa, sencillo, de Doce Pasos. Al principio me costaba creer que un sencillo programa, que además es espiritual, podía ayudarme. Tenía la idea de que esto se iba acabar con algún tipo de magia o consumir alguna cosa que

me pudiera quitarme de lo otro. Esto tampoco valía. La última vez que estuve en un psiquiatra me dijo: mira, no te voy a mandar nada, porque lo que tienes es adicción, si te mando medicamentos te vas enganchar a los medicamentos. Por aquella época, ya estaba consumiendo medicamentos. Tuvimos un poco de controversia, porque le dije: si usted no me manda nada, no le voy a pagar. Me dice: no, te voy a cobrar 15.000 ptas. Como usted pone su dinero antes que la salud y es un pesetero, le voy a recetar algo, pero usted

El verdadero "Cambio de Rumbo" comenzó con el deseo sincero de dejar el consumo, con la buena voluntad y no puedo. ¿En qué consiste la buena voluntad? No tenía que hacerlo solo. ¿Por qué no hay que hacerlo solo? Porque solo "no puedo".

aquí no venga más, porque no me voy a convertir en "su camello".

Resulta que llevaba razón, al poco tiempo de la historia con el psiquiatra tuve un gran deseo de dejar el consumo. Me encerré en casa, tengo un primo que es médico y lo llamé, le dije: primo estoy desesperado me voy a matar o me voy a quitar la vida ¿Hay algo que se pueda hacer? A ver ¿qué tienes en tu farmacia particular? le enseñé la mesilla de noche y me dice, estás a la última ¡tío! no te falta de nada, pero, esto no se soluciona así, es posible que te tengas que ir a un centro de tratamiento y casualmente conozco a alguien que te puede ayudar.

Este conocido de mi primo resulta que lo conocía en el consumo, la verdad es que parecía otra persona. Cuando me dijo que él estaba en un programa que era espiritual, enseguida lo relacioné con el tema religioso. Le digo si se trata de hacerse Dios, me salió la prepotencia, si se trata de eso, éste que está aquí se hace Dios. ¡A qué punto llegaba la locura! Me dice: ¡macho! Te estás muriendo y eres incapaz de pedir ayuda, menos de dejarte ayudar y me voy. Esto se me quedó grabado como si me la hubiera cincelado con un martillo esas palabras en la cabeza. Las dos

Me caló hondo que era una enfermedad y además incurable. ¡Lo que faltaba! Una vez más no me lo creía. Estuve mucho tiempo peleándome con esto.



cosas eran ciertas. La primera de que me estaba muriendo o me quería suicidar y la otra de que era incapaz de aceptar la ayuda. Le di muchas vueltas, después de reflexionar, decidí rendirme y dejarme ayudar (Aceptación y buena voluntad)

Por fin, llegué a una reunión de 12 Pasos, pero era tan egocéntrico, que llegué a creer que estaba todo preparado, hablaban de cosas, que pensaba, que eso sólo me pasaba a mí. Yo que andaba bastante escasillo de emociones, aun así, me llegó las sonrisas, eran amables y se palpaba (sinceridad). No me acaba de creer que con los folletos y los libros que había por las mesas podía solucionar mi problema. Me llegaban los abrazos, la alegría que me transmitía, aunque desconfiaba, me iban dejando huellas. Aquí se produce el verdadero "Cambio de Rumbo"

Por fin, llegué a una reunión de 12 Pasos, pero era tan egocéntrico, que llegué a creer que estaba todo preparado, hablaban de cosas, que pensaba, que eso sólo me pasaba a mí.

Encontrarme rodeado de adictos en recuperación que habían pasado por lo mismo y que sus vidas eran diferentes: Tenían un fuerte deseo de transmitirme lo que poseían "la recuperación". Siempre estaban dispuestos a prestarme su ayuda y su experiencia.

Me caló hondo que era una enfermedad y además incurable. ¡Lo que faltaba! Una vez más no me lo creía. Estuve mucho tiempo peleándome con esto. Con el tiempo me di cuenta de que era incurable, no solo porque veía que había gente que se moría, sino porque observaba que seguían teniendo los dos patrones básicos de esta enfermedad la obsesión y la compulsión, con bastantes cosas seguía siendo obsesivo y una vez que empezaba no podía parar. No tenía que ser una sustancia, discutir por ejemplo, me producía la misma obsesión y

compulsión por tener razón. Aunque parezca que no, esto también era una fuente de causarme sufrimiento a mí y a mi familia. Una vez que empezaba a discutir no podía parar, aunque no estuviera ya la persona con la que discutía, éste o ésta se quedaba en mi cabeza, me quedaba pillado por la emoción del enfado, me quedaba secuestrado por ésta. Mis compañeros me decían: si te montas en el autobús y el conductor te habla malamente, no te lías con él, porque te vas a bajar del autobús y te lo vas a llevar a tu casa, ¿es verdad! no sabía parar. Esa es la compulsión la incapacidad de parar. Por eso no es curable por la incapaci-

Qué nadie se desmoralice sobre todo los que lleváis poco tiempo porque estoy aquí y he sobrevivido, se aprende y se recupera las ganas de vivir. Cuando estoy (receptivo) aprendo mucho acerca de cómo dejar de sufrir. Receptivo no es sólo recibir, sino de tomar nota y acción.

dad de no poder parar por la voluntad. Con el tiempo llegué a ver los mecanismos que pueden solucionar el tema, en este caso, no entrando al trapo, porque cuando entro al trapo ¡ya no hay manera! ¡Ya no se puede! Así que, ésta es una de las formas que he podido observar que la enfermedad de la adicción sigue ahí. Qué nadie se desmoralice sobre todo los que lleváis poco tiempo porque estoy aquí y he sobrevivido, se aprende y se recupera las ganas de vivir. Cuando estoy (receptivo) aprendo mucho acerca de cómo dejar de sufrir. Receptivo no es sólo recibir, sino de tomar nota y acción. Este programa tiene la magia que



buscaba, se puede dejar de consumir y de sufrir. Todos deseamos ser felices y, un buen camino, conocer la causa del sufrimiento. Los adictos en recuperación están dispuestos a compartir su experiencia y hay muchas experiencias. A medida que crece mi conocimiento sobre la enfermedad mejora mi salud.

Estoy encantado de haber cambiado de Rumbo, no sólo he dejado de consumir, sino que he cambiado sustancialmente y he superado muchas ideas y sueños que tenía. He podido reconstruir muchas cosas que se destruyeron, las que no se han podido no queda más remedio que aceptarlas. No puedo decir que esté agradecido porque me tocó esta enfermedad. Lo digo de verdad "me tocó" no la busqué. La enfermedad de la adicción mata, destruye la vida, y que en poco tiempo hubie-

ra acabado con ella, no había más remedio que cambiar o morir. Podía haber sido una persona depresiva y acabar de médico en médico, pero eso, no ha sucedido. Esto no quiere decir que no me deprima, pero ya no me importa ¡Cuántas personas he conocido así! Que han aceptado ese destino de por vida. Hoy soy un referente, porque este "Cambio de Rumbo" es un milagro. El milagro atrae no es necesario hacer propaganda, cualquiera que me conociera ve la diferencia. Les costaba creer, pero el tiempo les va haciendo ver que soy diferente. Me decían sabíamos que eras una buena persona, pero no entendíamos cómo te estabas destruyendo, nos veíamos impotentes ¡Qué alegría! ¿Verdad? Ellos también se liberaron de su impotencia y son testigos del "Cambio de Rumbo" Cuando ven os tienen a alguien que está sufriendo por el

consumo se acuerdan de mí, me dicen a ver si puedes ayudar a fulano o fulana. ¡Ojala pudiera! No depende sólo de mí, lo que puedo hacer es ir a verlo. Contar mi experiencia y cómo pude salir, sencillo y claro, "me rendí y me dejé ayudar" Estoy dispuesto a llevarlo a las reuniones y de compartir mi experiencia con él o ella. Ésta es la verdadera atracción compartiendo mi experiencia y mantenerme limpio. Estoy agradecido de ser un adicto en recuperación y ahora soy útil. "Ya no es por mí, sino por nosotros".

Muchas gracias al comité por haber hecho posible este encuentro, a todos y todas las personas que hemos decidido estar aquí.

Muchas gracias. Me despido y que paséis un buen fin de semana disfrutando de la CENA.

Ernesto. CdG.

La importancia del servicio para mi vida y mi recuperación.



Hola me llamo Agustín y soy adicto. En primer lugar felicitar a los servidores de la revista, que hacen una gran labor en llevar el mensaje por toda la geografía española, así, como en hospitales y cárceles. Además, está abierta para todos los adictos que quiera utilizarla, tanto para leerla como para comunicar sus experiencias, que es otra manera de hacer servicio.

Quiero explicar mi experiencia en el servicio y como ha beneficiado esto a mi vida y en mi recuperación. Deciros que por mi características personales (dualidad) ha sido bastante complicado el empezar y ser constante.

Con el primer servicio que tuve en esta maravillosa confraternidad, que fue de cafetero, en el grupo Caminando Juntos de Los Barrios (Cádiz), que por aquellos tiempos era por un año, lo cumplí lo mejor que pude en todas las reuniones, este servicio me supuso

El hacer servicio en los grupos, en el área así como en cárceles y hospitales me hace que me sienta útil y que mi vida tenga sentido.

que en mi trabajo, bastante dañado por mi adicción, fuera constante y no faltara, que por cualquier excusa lo hacía. Esto iba mejorando conforme seguía haciendo servicio en Narcóticos Anónimos.

El hacer servicio en los grupos, en el área así como en cárceles y hospitales me hace que me sienta útil y que mi vida tenga sentido. Un buen sentido es pasar el mensaje, como en su día me lo pasaron a mí, que me saco del infierno donde estaba hundido y creo que me salvo la vida. Por todo esto, estoy agradecido, ¡qué no es poco!



El servicio en N.A. y en mi vida no solo hace que me sienta mejor con mas autoestima, sino como dice otro querido compañero, (la vida es como un frontón si le das con mala leche, te devuelve mala leche, pero sin embargo si damos compasión, servicio, humildad y demás principios espirituales recibirás de la misma manera.

Un buen sentido es pasar el mensaje, como en su día me lo pasaron a mí, que me sacó del infierno donde estaba hundido y creo que me salvo la vida. Por todo esto, estoy agradecido, ¡qué no es poco!



Uno de los aspectos más gratificante que tiene el servicio en mi vida personal y recuperación, es olvidarme del ego, que tanto daño me ha hecho en mis enfermedades.

Uno de los aspectos más gratificante que tiene el servicio en mi vida personal y recuperación, es olvidarme del ego, que tanto daño me ha hecho en mis enfermedades. Cuando llevo a un recién llegado a una reunión o cuando llamo o me preocupo por un compañero que lo está pasando peor que yo, dejo a un lado la autocompasión y pongo en práctica compasión, frase de un compañero queridísimo por mi dice: no auto, sino compa ¿qué hace esto por mí? simplemente que me olvido de mi historia y me encuentro infinitamente mejor.

El servicio en N.A. y en mi vida no solo hace que me sienta mejor con mas auto-

estima, sino como dice otro querido compañero, (la vida es como un frontón si le das con mala leche, te devuelve mala leche, pero sin embargo si damos compasión, servicio, humildad y demás principios espirituales recibirás de la misma manera.

El servicio en recuperación me ha enseñado que lo que hagas por los demás sin esperar nada a cambio, Dios, como yo lo concibo, me lo devolverá por triplicado, pero no cuando quiera ni como yo quiera, lo cierto es que lo recibo.

Agustín L.

(segunda parte)

Historia de

NARCÓTICOS ANÓNIMOS

Cuando llegó a nuestras manos esta historia de NA, apenas dudamos sobre la conveniencia de publicarla. Teníamos que hacerlo sí o sí. Nuestro compañero Manolo logró editarla para la publicación en nuestra revista. Puede que se nos escapen algunos detalles y otros no sean reales al 100%. Lo dejamos a vuestro juicio. Pasen y lean...

En 1960 ya había una lista básica de reuniones de N.A. En ese mismo año, Jimmy K. inscribió N.A. en la guía telefónica local.

En 1962 apareció nuestro primer LIBRITO BLANCO, que aun no contenía las historias personales.

En 1963 reaparece de nuevo el Ejército de Salvación, que organizó un grupo en Cleveland, al que llamaron NARCÓTICOS ANÓNIMOS. Este N.A., original de Cleveland, Ohio, tenía 13 pasos, que fueron:

Admito que el uso de narcóticos hizo que mi vida pareciera más soportable, pero la droga se convirtió en un poder indeseable para mi vida.

Llegué a darme cuenta que para enfrentar la vida sin drogas tenía desarrollar una fuerza interna.

Tomé la decisión de enfrentarme al sufrimiento de la abstinencia.

Aprendí a aceptar mis miedos sin drogas.

Encontraré a alguien que haya progresado hasta aquí y que esté dispuesto a ayudarme.

Admito la naturaleza y gravedad de mi adicción.

Me doy cuenta de la importancia de mis defectos de carácter ya que los conozco y acepto la responsabilidad de enfrentarme a ellos.

Admito ante un grupo de miembros de N.A. estos defectos y explico porque estoy tratando de superarlos.

Hago una lista de todas las personas a las que he dañado.

Hago un inventario diario de mis acciones y admito aquellas que son contrarias a la buena conciencia.

Me doy cuenta que para mantenerme libre

En 1974 la Oficina de Servicios Regionales del Sur de California se estableció en Los Ángeles. A finales de los años setenta fue cuando comenzó a desarrollarse nuestra Estructura de Servicios y cuando se empezó a trabajar sobre nuestro actual Texto Básico.

de las drogas debo compartir con otros la experiencia de la cual yo me he beneficiado.

Encuentro un propósito en la vida y trato con todo el poder espiritual y físico de tomar las medidas necesarias para su realización.

Poder Superior AYUDAME.

La próxima vez que en una convención o evento comunitario alguien grite TRECE puedes decir "Poder Superior AYÚDAME".

En 1963 se celebró la primera Junta de Hospitales e Instituciones en la Penitenciaría Estatal de Tahachapi. En este mismo año N.A. se reactivó en San Diego y Jimmy K. escribió el panfleto "OTRO PUNTO DE VISTA".

En 1964 se formó la Junta de Custopoder Superior. Jimmy K. sabía que no podía hacerlo él solo. Uno de los fundadores se fue. El otro se quedó con él. El propósito primordial de la nueva Junta de Custopoder Superior era la de conseguir que N.A. no desapareciera de nuevo. Ese fue el propósito primordial de la Junta. En 1960 Jimmy dijo que serían fieles a las Tradiciones y este era el papel principal de los custopoder Superior: ser guardia-

nes de las Tradiciones.

CAPÍTULO V.

En 1966 se produjo la segunda impresión de nuestro Libro Blanco que ya contenía las historias personales. La viuda de Jimmy K. y él mismo, hablaron en varias ocasiones sobre quiénes escribieron los diferentes textos para N.A. (algunas de las personas que se citan a continuación aún viven, así que solo vamos a citar su nombre y la inicial de su apellido. Sobre aquellas que ya murieron daremos su nombre y apellido):

"COMO FUNCIONA", los párrafos de antes y después de los Pasos fueron escritos por Jimmy Kinnon. en 1953.

"QUIEN ES UN ADICTO", "QUE PUEDO HACER" y "RECUPERACION Y RECAIDA". fueron escritos por Jimmy Kinnon. en 1960.

"QUE ES EL PROGRAMA DE N.A." fue escrito por Jimmy Kinnon y Sylvia W. en 1960.

"¿POR QUE ESTAMOS AQUÍ?" fue escrito por Sylvia Wexler en 1960.

Jimmy Kinnon escribió "SI, NOS RECUPERAMOS" en 1961.

En 1970 ya teníamos 20 reuniones. Durante esta época las lecturas de Grupo contenían los Pasos, las Tradiciones y el tercer párrafo del capítulo 'SI, NOS RECUPERAMOS'

"UN TERCIO DE MI VIDA" fue escrito por Bill P. en 1962.

"NO LO PUEDO HACER POR MAS TIEMPO" fue escrito por Penny Kennedy, en 1962.

"EL CIRCULO VICIOSO" fue escrito por Gene en 1962.

"ALGO SIGNIFICATIVO" En principio nadie sabía quien había escrito este texto. Después de muchas averiguaciones se descubrió que fue escrito por Bob B. Es la única historia que aparece en dos lugares diferentes bajo dos nombres distintos. En el Texto Básico aparece como "Encontré la única reunión de N.A. en el mundo".

"HISTORIA DE UNA MUJER", fue escrito por Betty Gruber. Después de su fallecimiento en 1976, volvieron a publicar su historia.

En 1966 teníamos 10 reuniones. En esta época se redactó lo que se llamó "Ideal de la estructura de servicios" en dos páginas. Después propusieron los Reglamentos ó Estatutos de la Organización Central de Servicios Generales.

En 1967 Sylvia Wexler, Penny Kennedy y Mimmy K. decidieron dar forma escrita al mensaje de recuperación y fruto de ello fue el primer LIBRO BLANCO. En este mismo año, en la Prisión Estatal de Louisiana, en el Sistema Federal de Prisiones y en el Servicio de Salud Publica se iniciaron de nuevo reuniones de N.A.

Durante los años 1967 y 1968 se creó la Organización Central de Servicios Generales. Funcionó durante mucho tiempo como un Comité de Servicio Regional. El Consejo de Administración se reunía cada mes y representaba al Comité de Servicios.

En 1968 Jimmy K. diseño el símbolo de NARCÓTICOS ANÓNIMOS, con el diamante y el círculo. Durante algunos años Jimmy sufrió de enfisema y cáncer pulmonar. En aquel entonces se encontraba internado en el hospital.

En 1970 ya teníamos 20 reuniones. Durante esta época las lecturas de Grupo contenían los Pasos, las Tradiciones y el tercer párrafo del capítulo 'SI, NOS RECUPERAMOS'. Este mismo año la Oficina de Servicios Mundiales se trasladó a HIGHLAND AVENUE, HOLLYWOOD.

En 1971 tuvo lugar la Primera Convención Mundial en LA MIRADA COUNTRY CLUB. Silvia Magdelano, del Norte de California, fue la oradora principal. Con esta Convención se trató de enmendar la ruptura que había entre la Confraternidad del Sur y la del Norte de California.

En 1971 había 26 reuniones en el Sur de California y la Oficina Mundial de Servicios dispuso de su primer local, en un gran edificio

que podría utilizar los Pasos y las Tradiciones, pero no su nombre ni su literatura. A partir de ahí Jimmy escribió la "ORACION DE LA GRATITUD" que dice "Yo demuestro mi gratitud cuando me preocupo por los demás y cuando comparto con otros a la manera de Narcóticos Anónimos".

Ese mismo año de 1972 se celebró la Segunda Convención Mundial de N.A., en el ELKS CLUB en STUDIO CITY, No. HOLLYWOOD.

En 1973 se formó el Primer Comité de Servicio de Área. Jimmy habló sobre la idea de contar con una estructura de Representantes de los Servicios de los Grupos y sobre los seis principios de servicio de N.A.

Cada Grupo de N.A. solo tiene un propó-



Los representantes de A.A. le dijeron que podría utilizar los Pasos y las Tradiciones, pero no su nombre ni su literatura. A partir de ahí Jimmy escribió la "ORACION DE LA GRATITUD" que dice "Yo demuestro mi gratitud cuando me preocupo por los demás y cuando comparto con otros a la manera de Narcóticos Anónimos".

amarillo, cerca de la esquina entre la 1ª y 10ª de CRENSHAW en Los Ángeles, en el 2335 de CRENSHAW BLVD. BOB B. fue el encargado de la oficina. Esta fue la primera dirección que tuvo la Oficina Mundial de Servicios.

En 1972 había 70 reuniones de Narcóticos Anónimos alrededor del mundo. En ese mismo año representantes de A.A. le pidieron a Jimmy Kinnon que no se usara en N.A. la oración "YO SOY RESPONSABLE". Jimmy había tomado esta oración, cambiando A.A. por N.A. Los representantes de A.A. le dijeron

sito primordial, llevar este mensaje al adicto que todavía sufre.

Cada Grupo de N.A. debe autofinanciarse. A pesar de todo, N.A. debe mantenerse para siempre como no profesional.

N.A. como tal nunca debe ser organizada, pero podemos crear juntas de Servicio o Comités directamente responsables ante aquellos a quienes sirven.

Nuestros líderes son solo servidores de confianza, no gobiernan.



“Hay gente por todo el mundo muriéndose de esta enfermedad. Y, créase o no, somos en realidad los únicos que podemos ayudarlos de verdad.

Tratamos de llevar este mensaje a todos los adictos y de practicar estos principios en todos nuestros asuntos.

Este mismo año tuvo lugar la Tercera Convención Mundial en San José. Fue la primera vez que se celebró fuera del Sur de California. Se organizó un banquete conmemorativo del 20º aniversario en el que habló Jimmy. Habló con mucho cariño y de manera muy especial sobre las Tradiciones que tanto significaban para él.

En 1974 la Oficina de Servicios Regionales del Sur de California se estableció en Los Ángeles. A finales de los años setenta fue cuando comenzó a desarrollarse nuestra Estructura de Servicios y cuando se empezó a trabajar sobre nuestro actual Texto Básico.

CAPÍTULO VI.

Para terminar voy a compartir con vosotros el testimonio del compañero Phil, después de ver una película de video de Jimmy K.

Mi nombre es Phil y soy un adicto. En primer lugar, me gustaría agradecerle a Scott este estupendo trabajo. Es extraño, he hablado ante ustedes muchas veces y nunca he estado tan nervioso como ahora. He pensado

mucho durante las últimas semanas sobre Jimmy y lo que iba a decir aquí. Es muy fácil hablar sobre uno mismo, ese es mi tema favorito, pero es difícil para mí hablar sobre un hombre que salvó mi vida. Estaba más o menos bien hasta que vi el video, no lo había visto. En aquel tiempo Jimmy se estaba muriendo. Se le había cerrado la puerta de N.A. y había sido rechazado por la estructura de Servicios. Jimmy era un hombre destrozado. Fue mi amigo y el único padre que he conocido. Cuando tenía 3 días limpios, mi padrino me sacó del centro de recuperación y me llevó a la Oficina Mundial de Servicios. Allí estaba ese tipo enjuto y fuerte. No era más alto que yo y pesaría unas 120 libras. Cuando llegué a él estaba muy atareado. Lo dejó todo y dijo “hola, ¿cuál es tu nombre?”. En ese momento yo era la persona más importante en aquella habitación. No le conocía, no sabía quién era ese loco y por qué yo era tan importante como para que me llevara a su propia cocina. Él y su esposa Betty me preguntaron quien era y como me había “limpiado”. En aquel momento puedo decir que llegué a conocer a dos de las personas más maravillosas de mi vida. La idea de Jimmy era que ningún adicto que buscara recuperación tuviera que morir

sin tener la oportunidad de recuperarse. No solo habló y escribió sobre esto, lo vivió. Grabó el logotipo de N.A. sobre un pedazo de piel cuando estaba en el hospital con tuberculosis. La tuberculosis había dañado tanto sus pulmones que contrajo un cáncer de pulmón. Su meta era llegar a tener unos 10.000 miembros en N.A. Después de su muerte había 20.000 reuniones de N.A. alrededor del mundo. Durante muchos años no supe que Jimmy escribió gran parte de nuestra Literatura. Saben por qué, porque nunca lo mencionó, el estaba muy ocupado diciendo “¿cómo estás Phil?, estamos tratando de conseguir una vieja impresora para imprimir folletos y otras cosas”. Durante el primer año y medio de mi recuperación estuve 3 días a la semana en la Oficina Mundial de Servicios. Doblábamos los panfletos de información con las manos, nadie sobresalía, trabajábamos sin cobrar sueldo alguno, lo hacíamos de corazón. Jimmy solía venir al centro de rehabilitación en el que estaba. Era uno de los más antiguos en el Área de California, tal vez de la nación. Solía venir y me llevaba a su casa en un Mustang que tenía 200.000 millas. Nuestro programa es parte de él. Acostumbraba a sentarse tratando de arreglar lo que estaba mal y me decía cosas como; “Phil tu sabes que ya nunca puedes retroceder”. Me permitió hacer el servicio de correspondencia cuando tenía solo seis meses de limpieza. Créanme que ese fue un gran honor para mí. Jimmy no delegaba las cosas fácilmente. Me permitió hacer la lista de direcciones y que contestara cartas por todo el mundo. Una de las primeras cartas que contesté fue a un compañero de la ciudad de Calgary. Estaba intentando

crear un grupo, había oído hablar de N.A. y envió una carta pidiendo información. Jimmy me la dio y dijo "atiéndela". Yo dije "¿estás seguro?, yo no llevo limpio mucho tiempo", apenas tenía ocho meses. El dijo "sí". Me senté y contesté la carta. Le envié por correo un paquete de inicio de reuniones y también le escribí una carta, le conté que teníamos 30 reuniones en el Valle de San Fernando. La respuesta llegó en una semana y me decía "hice lo que me dijiste, conseguí un salón para reuniones en una Iglesia, preparo el café cada semana, leo la literatura que me diste y después me siento". Durante unos meses le escribí y no volví a saber de él durante cuatro o cinco meses. Estaba realmente desilusionado porque nadie asistía a la reunión. Un día llegué a la Oficina y Jimmy me dijo, "aquí tienes una carta". Era del amigo de Calgary, la abrí, no estaba muy bien escrita, pensé que el tipo había renunciado y decía; "Phil siento no haberte escrito antes, solo quiero que sepas que he estado muy ocupado. Me gustó que me dijeras que repartiera toda esa Literatura en los hospitales y las cárceles y lo hice, ahora hay 5 miembros de N.A. en Calgary, tengo siete meses limpio y poco a poco nos vamos fortaleciendo. Tenemos tres reuniones a la semana".

Había diferencia de opiniones entre el Este y el oeste sobre el Libro de N.A. Jimmy creía que el Libro no estaba terminado. Creía que había que editarlo, había muchas cosas que estaban un poco confusas. Yo personalmente creía que necesitábamos un libro, pero soy un adicto y lo que quiero lo quiero ya. Jimmy creía que debíamos esperar, que debía ser editado y mejorado. Decía que sería mejor tener el libro correcto en vez del libro equivocado. Esto se convirtió en una contro-



versia entre el Consejo de Administración y el Área del Este. No sé exactamente que pasó, solo sé que la O.M.S. cambió de lugar. El estuvo de acuerdo en eso y lo hicieron Jefe de la Oficina. Era una pequeña oficina en VINE. Después de trabajar allí durante cuatro o cinco meses, parecía que todo iba funcionando bien. Se presentó a trabajar un lunes y habían cambiado la cerradura de la puerta. Así es como agradecíamos a nuestro fundador su dedicación y trabajo. Me fui con él, quería patearles el trasero, quería ir a la Oficina y tirar las malditas puertas. Jimmy me dijo: "siéntate, tienes tan mal temperamento como yo". Nos sentamos y hablamos. Jimmy lloró y dijo que nada pasaba por accidente. Encontraría la manera de aceptarlo, no consideraba a nadie personalmente responsable.

He visto un letrero que decía "YO ESTOY VIVO HOY GRACIAS A JIMMY K." Si le hubieras conocido sabrías que esto es verdad. Estamos obligados a descubrir la Historia de N.A. Estamos obligados como Scott lo estuvo, a darnos cuenta que no somos EST, no somos SYNANON, somos NARCÓTICOS ANÓNIMOS, un lugar en el que los adictos podemos recuperarnos.

Recuerdo cuando Jimmy comenzó la primera reunión en Checoslovaquia. Fue una de las veces que más feliz le vi. Recuerdo también cuando comenzó la primera reunión en Filipinas. Le recuerdo durante sus últimos seis meses de vida. Recuerdo cuando tomaba los medicamentos para su enfermedad. Su dolor era tremendo. Nunca gritó, gimíó ó lloró. No era su estilo. Cuando murió había una estructura de servicio maravillosa.

Recuerdo un compañero que quería abrir un centro y había utilizado el nombre de Jimmy Kinnon y a N.A. para obtener fondos. En una cena con él, hablamos sobre los principios y Jimmy dijo "La salsa roja de estos spaghetti no es tan oscura como la sangre en mis ojos por ti. Nunca violes N.A." Ese era Jimmy. Creía en N.A. y fue uno de los mejores amigos que nunca he tenido. Hay una grabación de su compartir en uno de los primeros, tal vez el único Club que hayamos tenido. Solo quiero que sepamos que en algún lugar de nuestro texto, algún día, tal vez en la Decima ó Decimoprimer edición necesitaremos un capítulo sobre la Historia de N.A. Pienso que Jimmy hizo más de lo que Bill W. y el Dr. Bob hicieron en A.A. En 1969 cuando llegué por primera vez había solo dos reuniones de N.A. en todo el mundo, y si alguien tuvo que ir a la otra Confraternidad y le decían que no compartiera, se habría dado cuenta de lo que era estar solo en San Diego. Cuando llegué había cinco grupos y hoy existen cerca de

De esto
se trata
Narcóticos
Anónimos. De
eso siempre se
tratará. Este es
un programa
de vida y vivo.

trescientos. Entenderías como era no tener un grupo al que asistir, tener que formar tu propio grupo. Piensa en cuántos de nosotros en este salón tenemos esa capacidad. Una vez más, solo quiero decir que él era un hombre especial. Era mi amigo. Me regaló un pastel en mi segundo aniversario. Nunca lo olvidaré. Siempre vivirá mientras viva en nuestros corazones. Hagamos saber a la gente quien fue Jimmy K. y de donde provino N.A.

Mensaje de Jimmy K.

"Hay gente por todo el mundo muriéndose de esta enfermedad. Y, créase o no, somos en realidad los únicos que podemos ayudarlos de verdad. No lo olvidemos nunca. A ti y a mí nos han dado, a través de la enfermedad y el sufrimiento, un talento para ayudar a otros seres humanos como nosotros. No olvidemos nunca lo que tenemos y que somos responsables de los demás. Pero sobre todo, somos responsables de nosotros mismos. Yo raramente hablo de poderes superiores, del concepto específico de Poder Superior que tengo, ante un grupo, pero lo tengo, créanme. No sé cuántas personas hay en esta sala esta noche. No sé si 100, 110 o 122, pero aquí, en y a través de cada uno de nosotros, hay un poder que no está en ninguna otra parte del mundo.

De esto se trata Narcóticos Anónimos. De eso siempre se tratará. Este es un programa de vida y vivo. Bueno, me he puesto serio esta noche, y espero que el resto de la noche nos divirtamos en grande.....¡porque de eso se trata vivir!.

Muchas gracias.

9 de septiembre de 2013.

mi VIDA

y mi parte sexual/emocional/sensorial/emotiva.

Hola compañeros. Aquí va mi testimonio, llevo días dándole vueltas, quizás salgan cosas que aún no las he compartido ni con mi padrino. Quiero hablar de algo que me doy cuenta es y ha sido muy importante y desequilibrante en mi vida con consumo y sin consumo.



Me ha hecho equivocarme una y otra vez sin remedio, haciendo cosas impensables, cosas que me han hecho y me hacen sufrir. De lo que quiero compartir es de mi parte sexual-emocional-sensorial-emotiva

De pequeño tengo unos episodios que no se hasta que punto me han hecho daño en mi interior, ya que no tengo sentimientos claros hacia las personas que me los provocaron.

Con unos 10 años como es "normal" yo me juntaba ya con chicos mucho mayores que yo, me atraían las motos que ya tenían y las cosas que hacían claro. Uno de estos chicos trabajaba en un taller que había debajo de casa y yo andaba siempre por ahí. Fui enga-

La prostitución la conocí antes de consumir, ha estado durante mi consumo y al final de mi consumo; hasta entender que para mi es otra cara de la adicción.

ñado, manipulado, sugestionado o el nombre que se quiera decir y me indujo con regalos como refrescos o pequeñas monedas a tener tocamientos sexuales. Yo no veía nada raro en hacer las cosas que hice... años después me paso de nuevo con un primo lejano que se quedo en casa por unos días en verano. Hoy no tengo claro el sentimiento que tengo por estas personas. No se si esto tiene que ver con episodios que me suceden mucho después.

Mi relación con las chicas siempre, siempre me ha costado mucho. Lo que he sentido por dentro cuando me ha gustado alguien ha sido siempre desbordante para mi.

Me ha costado sobremanera decir lo que sentía ya que el primero que no lo entendía era yo. Me acuerdo la primera vez que besé



Mi relación con las chicas siempre, siempre me ha costado mucho. Lo que he sentido por dentro cuando me ha gustado alguien ha sido siempre desbordante para mí. Me ha costado sobremanera decir lo que sentía ya que el primero que no lo entendía era yo.

a una chica temblaba como un niño... Esto me llevó a equivocarme de tal manera que lo que hice fue buscar el camino fácil, y buscar en la prostitución la salida si se puede decir, del lío emocional que me provocaba el sexo. Lamentablemente mi primera relación sexual fue con una prostituta enganchada y muy deteriorada, así y todo los temblores no desaparecieron rápidamente. He sido el primer sorprendido al darme cuenta de lo mucho que he consumido prostitución, al principio por mi posible dificultad con las relaciones, después porque evidentemente me gustaba y luego equivocadamente buscando apego?, cariño?, amor? que? que cosa buscaba?

Esta búsqueda-locura me ha llevado a episodios lamentables. Aparte de equivocarme con las chicas que se acercaban a mí, ya fuesen novias de amigos, buenas amigas o incluso familiares con las que me llevaba muy bien, al final terminaba equivocándome y viendo posible sexo-amor-apego en personas que solo querían ser muy buenas amigas.

Siguiendo con mi búsqueda-locura llegué al episodio mas... feo, denigrante, extraño, raro, vuelvo a no saber poner nombre ni entenderme a mí mismo. El mundo de los travestis... me he sentido atraído de una manera

He sido el primer sorprendido al darme cuenta de lo mucho que he consumido prostitución, al principio por mi posible dificultad con las relaciones, después porque evidentemente me gustaba y luego equivocadamente buscando ¿apego?, ¿cariño?, amor? ¿qué? ¿qué cosa buscaba?

ilógica, desmesurada, increíble por este tema en periodos, que luego han desaparecido y me he preguntado como me había podido pasar a mí. Pero es que pasado algún tiempo me volvía a suceder con una fuerza que no podía soportar y que me arrastraba sin poder hacer nada con una obsesión - compulsión increíbles.

La prostitución la conocí antes de consumir, ha estado durante mi consumo y al final de mi consumo; hasta entender que para mí es otra cara de la adicción.

A pesar de todo esto los periodos que he tenido parejas no he tenido ninguna necesidad de consumir prostitución, cuando he tenido apego y amor he sido muy defensor de la persona querida y no se me pasaba por la cabeza engañar o algo así. Como digo lo veo como otra cara mas de la adicción y por lo tanto le aplico el programa, hace un año y ocho meses que quedó atrás. (Sólo por hoy)

Muchas gracias a tod@s por ayudar a entenderme.
Paz.

Francisco R.

Me llamo José y soy adicto todo empezó hace 8 años 9 meses y 16 días ingrese en un centro para el tratamiento y recuperación de la adicción en aquel momento para mí significaba un internado para dejar parar intentar probar algo nuevo que me sacara del abismo donde me encontraba



Mi primera etapa, de RECUPERACIÓN

Yo no sabía ni que existía en sitios como aquel dónde iban a parar las personas a desintoxicarse e intenta solucionar el problema que tenían con las drogas y el alcohol. Ahí me encontré con un grupo de personas que, tras el paso de los días, fui descubriendo que eran como yo. Tenían bastantes cosas parecidas, sobre todo una vida pasada desestructurada, caótica, con cantidad de problemas sin resolver y mucho dolor y sufrimiento a sus espaldas.

Cuatro o cinco años antes yo había intentado dejar el alcohol, y viendo que yo no podía, por consejos de mi mujer y de nadie más, porque a mí ningún amigo nunca me dijo "oye José tú tienes un gran problema, ¿no te das cuenta de que la vida que tú llevas no puede terminar bien?... sólo mi mujer sabía y sufría las consecuencias de mi adicción. Bien, ella me convenció de que fuera a las reuniones de Alcohólicos Anónimos. Empecé

Me fijaba en lo exterior, en las apariencias y no me di la oportunidad de conocerlos a fondo, su forma de pensar, sus principios y valores.

Sus miedos. Cómo habían llegado hasta allí, etcétera, or lo que deje de asistir a las reuniones tras convencer a mi mujer. Y mi vida cada año fue a peor.

asistir en el más absoluto secretismo, por supuesto, una vez por semana.

Me presente sólo en la reunión y siempre fui solo y escondidas. Parecía un detective privado, no quería que nadie me viera o me

viese, con una actitud cerrada, totalmente a la defensiva, incapaz de seguir el rollo aquellas personas, y empecé a presentarme como ellos. Creo recordar "Me llamó José y soy alcohólico". Evidentemente no lo sentía, no identificaba nada. Tendría sobre 34 años y allí la mayoría pasaban de 50 o lo parecían.

Pensaba "yo no tengo nada que ver con estas personas, yo no tengo esos problemas ni esas enfermedades, ni ese estado económico, físico y mental."

Principalmente me fijaba en lo exterior, en las apariencias y no me di la oportunidad de conocerlos a fondo, su forma de pensar, sus principios y valores. Sus miedos. Cómo habían llegado hasta allí, etcétera.

Por lo que deje de asistir a las reuniones tras convencer a mi mujer. Y mi vida cada año fue a peor.

Hasta que llegue al centro, esta vez con 41 años recién cumplidos y sin fuerzas ni valor para seguir con mi vida, aunque también empujado por el ultimatum del divorcio mujer. Ya no podía más. Era el centro o quedarme sólo.

Yo no recordaba como era mi risa, había olvidado mi forma de reír. Pasados algunos días tímidamente fui sonriendo hasta que, una noche, en el patio, después de la cena, nos sentamos a compartir fumando un cigarro tras otro y me encontré riendo en compañía de mi primer Padrino

Antes intenté un último escape pedí a mi madre que me prestara un piso que ella tenía vacío para irme a vivir allí sólo después del divorcio o la separación, pero me lo nego. En aquel momento me enfadé mucho con ella pero yo le doy las gracias porque si me hubiera ido a vivir solo al piso sería muy probable que estuviese muerto o vivo en malas condiciones.

En fin, el 26 de septiembre de 2005 entré en el centro donde se trabajan los doce pasos de NA. 12 pasos hacia la vida. Siempre recordaré los abrazos que dieron de bienvenida cuando llegué esas 25 o 30 personas, y lo que más me llamó la atención en aquellos primeros días de convivencia fue que aquella gente se reía, parecían pasarlo bien. ¡Qué tristeza tan grande!

Yo no recordaba como era mi risa, había olvidado mi forma de reír. Pasados algunos días tímidamente fui sonriendo hasta que, una noche, en el patio, después de la cena, nos sentamos a compartir fumando un cigarro tras otro y me encontré riendo en compañía de mi sombra, algo parecido al primer Padrino, y a otros compañeros adictos. Después de aquellos días, las primeras semanas limpias en toda mi vida, me di cuenta de que era mi sitio. Aquí encontré lo que con palabras es muy difícil de explicar, pero para mí aquella gente era lo que yo había estado buscando toda mi vida en el sitio equivocado.

Por fin estaba con gente que me hacían sentir bien, con las que no tenía que fingir ser quien no era. Hablaban mi idioma, me comprendían, me aceptaban cómo era y me querían. Empecé a sentir que yo también era digno de ser querido. Me animaban y empecé a jugar con ellos. Cuántos años hacía que yo no jugaba nada sano, que sólo fuese por el placer de jugar, pues a mí también me iba el casino en mi adicción activa, otra ruina más. Aquí jugábamos al pin pon, voleibol, juegos de mesa, etcétera. Empecé a tener ilusión y disfrutar con pequeñas cosas tan increíbles como ver una película un sábado por la tarde comiéndome unas chucherías, caramelos, chicles, salir los domingos por la tarde a dar un paseo por el parque o por la playa y comerte

una bolsa de pipas. Entrar con los compañeros en un bar a tomar un café y ver y observar a las personas que allí había, familias, amigos, parejas, niños, como si fuese algo nuevo y diferente. Una nueva forma de ver a los demás desde la igualdad y la semejanza. A estas alturas creo que ya había empezado a dejar de tener miedo a entrar en lugares públicos donde había mucha gente porque al principio me sentía mal cuando salíamos del centro, incluso cuando íbamos a una reunión fuera del centro donde asistían miembros de NA que ya habían terminado en el centro. En fin, poco a poco fui superando mis miedos y vergüenzas, como la de volver a mi pueblo y ver a los vecinos y conocidos. Paso a paso, día limpio tras día limpio, reunión tras reunión, meditación, pensamientos... Compartíamos todos cada día sobre el tema de sólo por hoy y así poníamos en práctica la honestidad, la receptividad y la buena voluntad. Escribíamos los pasos hasta el temido y deseado cuarto paso. La introspección y el profundo análisis interior, y por fin el quinto paso: Desvelar mis mayores secretos, por fin soltar la pesada carga.

No quiero olvidar lo importante que fue en esta primera etapa de mis recuperación el re aprender a ser responsable con las tareas domésticas, poner la lavadora, tender la ropa y planchar, hacer mi cama cada mañana al levantarme a las 7 en punto (nada de 5 minutos más como a uno del que yo fui sombra que no había quien no levantase)... Levantarme tan temprano me ayudó a dormir de noche y vivir de día. Natural. Todo lo contrario de lo que yo había hecho los últimos años. Después, ducha, 15 minutos de meditación en la que aprovechaba para dar gracias por amanecer un nuevo día limpio y pedir fuerzas para continuar un día más allí. Después, desayuno y luego las tareas de la casa: limpiar y ordenar patio, salón, dormitorios, aseos, duchas, jardines, exteriores, puertas y ventanas, oficinas, pabellón (donde nos reunimos a compartir y hacer las terapias), cocina y comedor (cada dos meses más o menos). En fin, aprendiendo a valerme por mí mismo cuidar de mi hábitculo y valorar cuando lo hacen

otros por mí. Después, escritura de los pasos (una hora y media más o menos de lunes a viernes), pensamiento, comida y descanso.

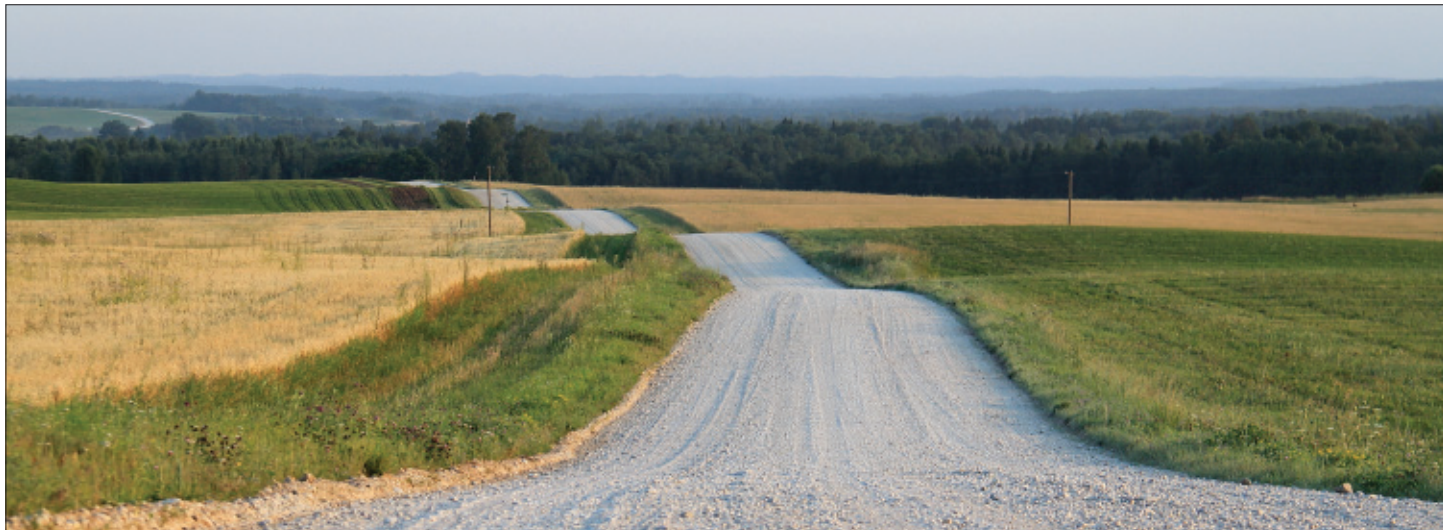
A las cinco teníamos terapia de grupo con el psicólogo, merienda, deporte, ducha y cena, y después, por libre, relaciones sociales: compartir juegos de mesa o simplemente fumarte un cigarro mirando la noche a las estrellas y sus luces. Después, a las 11 de la noche, al dormir, a veces después de apagar la luz nos quedamos hablando horas sobre cómo nos había ido el día. Del recién llegado del que abandonará antes de tiempo el tratamiento, siempre con excusas para salir y volver a consumir antes que terminar... y del que terminaba el tratamiento con el quinto paso hecho y salía del centro con el libro en blanco para partir de ese momento libremente poder escribir su historia. Las cosas que iban ocurriendo en nuestro pequeño mundo, aislados de toda información, de lo que ocurría en el exterior, sin radio y televisión ni prensa. Únicamente los lunes algún monitor nos contaban los resultados de la Liga de Fútbol o alguna noticia extraordinaria de lo que ocurrió en el mundo. Por aquellas fechas vivíamos centrados completamente nosotros mismos. Fue así como rompimos con nuestros viejos hábitos y conseguimos los nuevos.

Aquí encontré lo que con palabras es muy difícil de explicar, pero para mí aquella gente era lo que yo había estado buscando toda mi vida en el sitio equivocado.

Rompimos con estas viejas amistades y empezamos a construir las nuevas con los miembros de NA. Por cierto, que este fin de semana acabo de pasar un par de buenos días junto a mi amigo que conocí allí, del que llevaba ocho años sin ver, gracias a la convivencia de NA que se ha celebrado en Algeciras, en el Hotel Reina Cristina, cuyo lema ha sido CAMBIO DE RUMBO y qué tiene mucho que ver con lo que estoy contando aquí desde aquí. Quiero daros las gracias por esta celebración de nuestra nueva vida y por seguir recuperándonos. En fin, está ha sido a grandes rasgos la primera etapa de mi recuperación. Animaros a seguir remando todos juntos con el mismo rumbo, porque todos estamos en el mismo barco. Un abrazo.

(continuará...)

José. CdG.



EL CAMINO DE RETORNO

Hola, soy un madrileño, afincado en el sur, en las costas gaditanas, alojado en un apartamento muy cerca de un famoso faro, que me viene muy bien como referencia contra mi tendencia a perderme.(joder ¡que bien me ha quedado!) vamos que vivo en Chipiona, pero intento adornarlo porque no me gusta que me asocien con famos@s, y menos aún con sus familiares.

En fin, hecha la presentación, pido disculpas a quién se sienta orgulloso de aquello que a mí me incomoda y hasta me avergüenza ligeramente, pero cada uno es como es, y no hago la aclaración con ánimo de ofender, ni pido disculpas por la necesidad de agradar. Simplemente es una deformación de mi personalidad, una característica que no se bien si se debe a un defecto de carácter o a una virtud, y precisamente de eso es lo que quería hablar, de virtudes y defectos.

Resulta, que mi paisano y hermano de recuperación me ha encomendado la labor, o me ha ofrecido la oportunidad, según se mire, de escribir unas líneas para la revista de la confraternidad, y eso a mi sistema emocional, de por sí defectuoso y durante tanto tiempo gestionado por agentes externos, le ha supuesto un exceso de sensaciones y requerido de unos instantes de reflexión, una tarde de meditación(a mi manera, eso sí, o

Uno de mis primeros obstáculos en recuperación, era la definición misma de la palabra, ¿que podría recuperar yo para tener una vida mejor?, o más allá, ¿acaso hay algo en mi vida que mereciera ser recuperado?. Me ha costado mucho entender esto, y de hecho todavía estoy en el proceso

sea que acabo contactando con mi karma al pasar a la fase REM, o más claro, me relajo con una siesta) y un análisis más exhaustivo de mis reacciones.

La primera, el impulso de huir de todo

aquello que huele a responsabilidad, y que me acompaña desde la infancia, es algo que ya voy aprendiendo a llevar, y ha durado poco. Una vez aceptado el compromiso y firmado el contrato conmigo mismo, ya se han ido amontonando en la parrilla de salida algunos de mi defectos. Y mira por donde, gracias a esa espiritualidad en pañales, que de vez en cuando me conecta con mi realidad y me permite escuchar a ese Poder Superior, y dejarle que me vaya dando las claves para descifrar el entresijo de mis pensamientos, ahora me veo aquí escribiendo y con una ligera idea de lo que quiero decir, pero dejando que vaya fluyendo y tomando forma por sí misma.

Uno de mis primeros obstáculos en recuperación, era la definición misma de la palabra, ¿que podría recuperar yo para tener una vida mejor?, o más allá, ¿acaso hay algo en mi vida que mereciera ser recuperado?. De verdad que me ha costado mucho entender esto, y de hecho todavía estoy en el proceso, aunque creo que empiezo a vislumbrar algo de luz, rebuscando entre el baúl de los defectos y las virtudes.

Al empezar a escribir estas líneas ya tenía identificados muchos otros de los instrumentos que utiliza mi enfermedad, que casi siempre son habilidosamente manejados por mi ego.

Comienzo a considerar la posibilidad de haber nacido con ciertas virtudes, y hasta de haber asumido algunos principios. Del mismo modo que he nacido con unas limitaciones o unos defectos que se han ido sofisticando en detrimento de mi espíritu.

Partiendo de esta suposición, he empezado a observar como algunas de mis características, son un conjunto de actitudes frente a la vida que, no se si por algún síntoma de mi enfermedad o por otras razones que desconozco, se han ido transformando y han convertido las virtudes en defectos y estos en mecanismos de defensa.

Voy a intentar poner un ejemplo práctico, a ver si soy capaz de no dar demasiadas vueltas y no divagar sin rumbo ni sentido, que es

que quiera que sea que me haya marcado)y realmente aquí interviene la FE. Así he pasado desde aplicar la buena voluntad de modificar una actitud, a la confianza en lo que voy haciendo, hasta llegar a creer firmemente en lo que hago y de ese modo virtualizar una condición propia, a base de ese esfuerzo que casi siempre quiero ahorrar-me.

Sin embargo, aquí es donde empiezo a identificar cómo actúa mi enfermedad y la manera en que me voy acercando peligrosamente al umbral que separa las virtudes de los defectos, donde olvido los principios y comienza mi parte enferma. Allí donde debo soltar las riendas, no lo hago y se apodera de mí un ansia de control sobre los resultados

Mi ego, el más competente General del ejército de mis defectos, y el más leal servidor de mi enfermedad y que carece de otra virtud que no sea la de confundir mis motivaciones, es capaz de manejar con destreza la mayor parte de mis comportamientos y poner todos mis movimientos a su servicio.

Desde que me ofrecieron poder escribir un texto, para que fuese publicado, el primero en salir a la batalla, fue mi ego, que en su propio beneficio ya puso al frente de sus tropas a la prepotencia y el perfeccionismo, sutil y eficiente aliado,experto en abrirle el camino a la obsesión y capaz de persuadirme para abandonar cualquier proyecto, incluso antes de empezarlo o embarcarme camino del comportamiento obsesivo si logro superar el miedo, capitán de su primera línea de ataque.

Sin embargo, hoy dispongo de otro ejército en el que puedo confiar para ganarle la batalla a mi enfermedad, con otros Generales al mando,los principios espirituales, sabiamente dirigidos por mi Poder Superior cuyas órdenes me son comunicadas a través de sugerencias dadas por mis compañeros y los conocimientos sobre mi que me ofrecen los Doce Pasos.

No se, si he sido capaz de comunicar algo, o si he vuelto a dejarme llevar, sin llegar a ningún sitio, pero al menos a mi me ha servido para compartir algo de lo que pasa en mi enferma cabeza, y que desde luego hoy reconozco y, sólo por ello, ya gozo de la Libertad de poder elegir.

TERQUEDAD	CONSTANCIA
OBCECACIÓN	PERSEVERANCIA
OBSESIÓN	OBSTINACIÓN

uno de mis múltiples defectos.

Hace ya un tiempo, que vengo observando una de las virtudes que más me cuesta poner en práctica, la constancia, hasta el punto de asumir que carezco de dicha cualidad, y haciendo un esfuerzo(detalle que suelo pasar por alto casi siempre),queriendo analizar y distinguir cómo actúo respecto a esto, he descubierto como va evolucionando, hasta que pasa de ser una actitud, a convertirse en una cualidad, cuando empiezo a darme cuenta, que de un comportamiento mecanizado, conforme voy adquiriendo confianza, va tornándose en perseverancia y ya no actúo simplemente por ese impulso inicial que nació de la necesidad de cambio.

Ahondando un poco más en este ejercicio, soy capaz de ir un poco más allá y jugar con la obstinación, cuando las dificultades me quieren disuadir de mis objetivos(los

y me saca de la virtud para encerrarme en mi terquedad, ya soy preso de mi trastorno y avanza cegado por esas expectativas ficticias que me he creado y en las que me obceco, hasta llevarme de la mano a caer en el pozo de la obsesión.

No se si he logrado explicar el proceso, pero sólo pretendía analizar como el trastorno obsesivo compulsivo, sintomático de mi enfermedad, es capaz de transformar una virtud en un defecto; Pero hoy, gracias a los doce pasos, tengo herramientas, para conocerme a mi mismo, y además una serie de principios espirituales que son la mejor medicación contra mi enfermedad.

Al empezar a escribir estas líneas, ya tenía identificado, muchos otros de los instrumentos que utiliza mi enfermedad, que casi siempre son habilidosamente manejados por mi ego.

Realmente, tal vez me he despistado un poco de lo que quería decir, y al final no he logrado sentirme plenamente satisfecho,(que le vamos a hacer, mi ego siempre quiere su parte y siempre le parece pequeña) pero no quería despedirme sin aclarar el comienzo, ni por supuesto, expresar mi gratitud. Empecé hablando de mis dudas acerca de lo que merecería la pena recuperar, si no me sirvieron los bienes materiales, y nunca creo haber tenido sano juicio.

Y ahora me reafirmo en la idea que pretendía exponer, hay un camino que me lleva de las virtudes a los defectos,pero también existe un camino de regreso. Y eso es lo que puedo recuperar, el retorno a la inocencia de mis virtudes, para dirigirlas ahora hacia el alimento de mi espíritu. Gracias. Feliz 24 horas.

P.D: Me comprometo, honestamente, a aprender a explicarme mejor

OPDRTO

INFORME del EDM de Oporto. Febrero 2014: El EDM de Invierno

2014 se celebró a mediados de Febrero en Portugal. Asistieron a este EDM 23 Regiones: Adriática, Bulgaria, Checo-Eslovaquia, Egipto, España, Finlandia, Francia, Grecia, Irlanda, Islandia, Israel, Italia, Lituania, Malta, Moldavia, Noruega, Países de habla alemana, Polonia, Portugal, Reino unido, Suecia, Suiza y Turquía. Sudáfrica no asistió pero enviaron informe.

También asistió el Comité Ejecutivo formado por:

- **Coordinador Simon (Malta)**
- **Alternó Jim (UK)**
- **Tesorero Jussi (Finlandia)**
- **Secretario Christin (Noruega)**
- Subcomité de C+D**
- **Coordinador Nina (UK)**
- **Alternó Yoel (Israel)**

Al mismo tiempo asistieron de la Junta Mundial: Junior (Brasil) De la Oficina Mundial: Becky (EEUU) y Andrey (Rus.)

También nos visitaron muchos miembros locales y compañeros.

1º.- COMITÉ EJECUTIVO:

El Comité Ejecutivo se reúne bianualmente en el EDM y se reunieron 6 veces por Skype entre los 2 EDMs. C+D y el servidor de la Web participan activamente en estas reuniones.

El Comité Ejecutivo se ha ocupado en tareas de planificación, transferencias y correspondencia en Europa supervisando y manteniendo contacto con los grupos de trabajo del EDM y El Comité Organizador de la ECCNA de Atenas.

El vice Coordinador ha intentado contactar con el resto de Foros Zonales del mundo con los siguientes resultados:

Asamblea Canadiense: Usan sus fondos como en el EDM. Se reúnen cara a cara cada año y por internet 3 veces al año.

Foro Asia-Pacífico: También funcionan anualmente y están debatiendo el tema de la nueva estructura de servicio. Y la representatividad. Les impresiona el uso del Consenso en el EDM.

Foro Zonal Latinoamericano: Están aprobando todo lo relacionado con el Sistema de Servicio.

Las zonas de Plain States, Southern, Western, apenas funcionan y respondieron con cortesía.

La zona Afri-Can y el Delegado de Irán. Quieren mantener contacto.

El resumen es que realmente hay cuatro zonas que están funcionando como estamento, la cuarta es una Zona Brasileña. Previsiblemente Rusia entrará en funcionamiento.

2º. TESORERÍA:

La economía del EDM está bien, y estos números son a 6 de abril de 2014

Detalle del dinero asignado a gastos:

Asociación legal 2.000,00 €
Reserva prudencial 4.000,00 €
Viajes de emergencia 1.000,00 €
Presupuesto EDM Invierno 2.000,00 €
Gastos viaje C.E. y C&D 6.000,00 €
Gastos Tareas C&D 10.000,00 €
Simposio Servicio 9.000,00 €

TOTAL GASTOS: 34.000,00 €
Total en cuenta corriente y cuenta de ahorro

TOTAL: 38.494,36 €

3º. SUBCOMITÉ DE CRECIMIENTO Y DESARROLLO:

El comité de C+D continúa desarrollando sus actividades mediante el sistema de Equipo/Tarea donde los Delegados Regionales de diferentes comunidades son quienes se involucran directamente en la realización de

las diferentes Tareas formando los diferentes Equipos.

Actividades:

- Tarea Bélgica: Taller sobre el EDM realizado en Bélgica. Aceptación increíble!!
- Tarea España: Una Petición diferente, han pedido talleres con "Expertos" sobre Hel en su Convención. Van a ir compañeros de UK e Irlanda.
- Tarea Ucrania: Se harán talleres sobre el consenso y servicio a nivel Área y Región.
- Tarea Lituania: Talleres sobre la relación con otras asociaciones, y Servicio en NA.
- Tarea Polonia: Quieren talleres sobre Hel.
- Tarea Región de Habla Alemana: Aun planificándose, pero está aprobada.
- Tareas de Seguimiento: Moldavia, y Montenegro.

4º. – PÁGINA WEB:

-Pasará a llamarse Coordinador de Media (Medios) del EDM.

5º.- SERVICIOS MUNDIALES:

Se dará toda la información junto al informe de la Conferencia Mundial.

6º. – Talleres durante el EDM:

Se realizaron tres talleres C+D del EDM: "Maravillas ocurren cuando alcanzamos"

Los otros dos talleres fueron realizados por la OSM. Del Tipo Entrena al entrenador: "Comunicación" y "Hel"

7º.- ELECCIONES:

No hubo.

8º. - PUESTOS VACANTES EN EL EDM:

Secretario Alternó.

Tercer miembro del Subcomité de C+D.

9º. EVENTOS

EDM verano 2014 y ECCNA 30 Atenas (Grecia).

EDM Invierno Varsovia 26 feb.-1 mar.(Polonia)

Simposio Europeo de Servicio. Primavera, Berlín (Alemania).

EDM Verano 2015 y ECCNA 31 Birmingham (Reino Unido)

10º. Preguntas y respuestas para la Región: Se accedió al Taller de Hel para la CRENA

Otras decisiones que se tomaron en el EDM son:

Los nominados para el Servicio en el EDM deberán ir apoyados por su Región o a al-

guien sentado en el EDM.

Se decidió aumentar, esta única vez, la dotación para la ECCNA a 10.000 €.

Se aprobó una donación a los SM de 10.000€. Se aumentó el presupuesto de C+D, de este ciclo, a 10.000 €.

Se aprobaron las Pautas de C+D, por lo que se elegirá a un tercer miembro de este comité, en Atenas, y acudirá al EDM durante los próximos 2 años.

Se aprobó el Borrador para el Simposio de Servicio Europeo. El primero será en Berlín en el 2015, y se le dotó de un presupuesto de 9.000 €.

Grupos de Trabajo:

-Presentación visual Informe EDM en la Conferencia de Servicios Mundiales. Termina en Abril.

-Webmaster (Social Media), descripción.

-Trabajo Visionario del Futuro del EDM. Se aprueban las 2 primeras fases. Mayor planificación y más responsabilidades.

-Renovación de las Pautas de la ECCNA.

- Se aprueba la nueva Junta de Directores para la Asociación Legal para los próximos 6 años: Jim, Toby, Yoel y Udo.

-Pidieron financiación completa a Atenas: Checo- Eslovaquia, Holanda, Bulgaria y Moldavia. Y parcial: Región Adriática, Islandia, Turquía, Lituania, Malta

Esta es toda la información sobre el EDM de Oporto. Estaremos disponibles para cualquier consulta.

INFORME Actuaciones DR de Enero a Junio 2014

En primer lugar agradecer la confianza depositada en mí y mi alterno Juan. Gracias. Agradecer a todos vuestra confianza y apoyo para que Juan pudiese Coordinar suavemente el último CSR, y que participemos todos en este periodo de transición, en el que nos ponemos totalmente en las manos de nuestro nuevo

Coordinador... Miguel.

- **Este último semestre ha sido una locura para nosotros:**
- **Hemos ido al EDM en Oporto.**
- **Participamos actualmente, en grupos de trabajo del EDM. Juan en la organización del Taller de Hel de la CRENA. Y el DR en dos Grupos de Trabajo del EDM, Renovación de las Pautas de la ECCNA, y en el grupo Visionario del Futuro del EDM.**

Participamos en la Conferencia de Servicio Mundial, donde Juan tuvo la oportunidad de estrechar los lazos con el Foro Zonal Latino Americano, y el DR participa en otro Grupo de Trabajo sobre la toma de decisiones en el CSM.

Hemos colaborado en el contacto con el Grupo de Bilbao hasta la llegada de Fabián de C+D.

Preguntas a la OSM: - A la Pregunta del MCR de Alicante. Las carpetas de IP están

en el Inventario y solo hay que pedir las a través de Literatura.- ¿Se puede en un grupo de NA admitir la realización de trabajos sociales?; ¿Es decisión autónoma del grupo o va en contra de alguna tradición?; ¿Cómo se hace esto de forma correcta de acuerdo con la filosofía, tradiciones,.. de NA?. (Se refiere siempre a personas enviadas por el CIS/ Centro de Inserción Social). Se le responde que no podemos emplear trabajos sociales, va en contra de nuestras tradiciones (4 y 6). La OSM no tiene nada que añadir.

Trabajaremos en el Taller de Hel en la CRENA y en la Replicación en las áreas de esta.

La Gran noticia!!!! A finales de Julio estará a la venta nuestro nuevo Libro.. VIVIENDO LIMPIOS. Está teniendo una acogida espectacular, tanto es así, que hay reuniones basadas en ese libro.

En otro orden de cosas, proponemos:

Seguir llevando a las Áreas y/o Grupos, talleres para el Nuevo Libro de las Tradiciones.

Promover el Taller de Moderadores/Facilitadores Traducido por Sebastián.

Llevar talleres de Servicio relativo al proyecto del Sistema de Servicio, en algún momento de este semestre, a las áreas que lo pidan (Modelo de la CRENA).

Tanto yo como mi alterno estamos a vuestra disposición para intentar acudir a un CSA o convención de vuestra área.

Prioridad: Explicar y Promover la explicación básica del Proyecto del Sistema de Servicio.

Gracias por vuestra confianza y por la oportunidad que nos dais de servir:

**Delegado Regional: Toby G.
D.R. Alterno: Juan**

CSR

Inauguramos una nueva sección para que estés al tanto de lo que se decide en el Comité de Servicio Regional. A pesar de tener unas siglas que parecen de espías, son las reuniones que cada seis meses tenemos en la región, y donde tratamos temas que incumben a todas nuestras áreas. Léelo.

DIARIO DE DECISIONES DEL COMITÉ DE SERVICIO REGIONAL

DIARIO DE DECISIONES MADRID 17/18/19 DE ENERO 2014

1- LECTURA Y APROBACION DEL ACTA ANTERIOR

- Se lee el diario de decisiones y se aprueba

2- DR

- Se decide pedir a Iñigo, miembro de la Junta Mundial, la realización de un Taller del proyecto de la nueva estructura de servicio, en la CRENA 2014.

- Se Aprueba pedir al EDM un Taller de H&I para su celebración en la CRENA 2014, dicho taller será para todos los miembros de NA. Se acuerda que la Región subvencione el desplazamientos al Taller de un servidor de H&I por cada área. El alojamiento correrá por cuenta de sus respectivas Áreas. Los gastos de Inscripción en la CRENA serán pagados por las Áreas o por el servidor de H&I, según criterio de las mismas.

3- COORDINADOR

Se aprueba que se pauten ratificar los Adjuntos en las reuniones por internet, que se realizarán entre los CSR presenciales. (PAUTA)

4- SECRETARIA

- Se decide incluir en las pautas que los oficiales del CSR sean los responsables de tener las pautas actualizadas y de verificar los cambios realizados por secretaria después de cada CSR. (PAUTA)

- Se decide contratar el servicio de Dropbox por un año, ya que la capacidad actual de la cuenta gratuita que tenemos se ha agotado. El coste de dicho servicio se incluirá dentro del presupuesto de secretaria. (100 Gb nos saldría por unos 90 € anuales)

5-TESORERIA

- Se decide que el tesorero actual (en funciones) siga colaborando con el nuevo tesorero elegido hasta el próximo CSR, al cual acudirá, para asesorar al tesorero entrante.

6-LINEA TELEFÓNICA

- Se decide seguir con el 902 y que a partir de ahora se imprima debajo del número de telf. el coste por establecimiento de llamada y

el coste por minuto.

- Se aprueba el pago del gasto extra de teléfono del servidor con su Móvil particular, generado por la devolución de llamadas al 902.
- Se aprueba comprar una Tablet para su servicio y así agilizar la información del mismo, con un presupuesto de entre 80 y 100 euros.

7- C+D

El MCR de Penibética responderá los e-mail de este servicio mientras este vacante

8- TRADUCCIONES.

El DR le pasará documentación para su traducción.

9- RPPP

La MCR de Pitiusa seguirá respondiendo los e-mail de este servicio mientras este vacante

10- MODIFICACIÓN PAUTAS

De la sección III.- OBJETIVOS, se han modificado las siguientes puntos:

- 2º.4.- El aptdo. b) queda redactado así: "Mantendrá un directorio actualizado de servidores de paso doce que a su vez enviará a pagina web. Para que tenga en su base de datos.", suprimiéndose el resto. Los aptdos. c) y d), del mismo apartado quedan suprimidos; e) y f) pasan a denominarse c) y d), para seguir el orden correlativo.

- 2º.5.- Al aptdo. c) se le añade el párrafo: " El servidor de página web comunicará a Literatura la apertura de un grupo nuevo para proceder al envío de pack de literatura, también al subcomité de C+D, y recibirá los cambios y actualizaciones de grupos a través de los MCR y RSG, enviando a Línea Telefónica el listado de grupos actualizado", y al d): "El servidor de página web se encargará de mantener actualizado el directorio regional de reuniones, en un formato descargable, disponible en la página web." Y lo que ya había cambia su redacción a: "Las pautas generales de funcionamiento del CSR figurarán en la página Web, así como las actas de cada reunión."

- 2º.7.- Al aptdo. b) se le añade: "... proporcionándole los directorios

de grupos y paso 12 actualizados.”

- 3º. 1.-El aptdo. a) se modifica en el sentido de exceptuar la revista de la distribución y actualizar los gastos de envío aprobados en el CSR de Junio 2013. El aptdo. b) queda suprimido y los que le siguen cambian la letra a continuación para seguir orden correlativo.

- 3º. 2.- Al suprimirse los directorios en papel, los aptdos. a), b), c) y d) quedan suprimidos, quedando solo en este apartado la pauta: “Los directorios regionales, se podrán descargar a través de un enlace desde la página web.”

- 3º. 3.- Al aptdo. a) se le añade: “...para apoyar en la traducción de todo tipo de materiales”, y el b) se sustituye traducción de la literatura nueva por la traducción de cualquier material.

11- PAGINA WEB

- Se decide seguir utilizando la lista de correos del CSR para las comunicaciones dentro de NA. siendo el coordinador el responsable de esta lista.

- Se aprueba seguir colocando las Actas en nuestra página Web.

- Se aprueba poner un enlace en nuestra página que re dirija al FZLA. (Propuesta del área de Pitiusa)

- Se aprueba seguir utilizando el anuncio de NA Francia, por lo que se decide volver a pedir el permiso para su utilización. pues la que tenemos nos caduca a finales de Marzo 2014.

12-LITERATURA

- Se decide mantener los precios de la literatura tal como están.

13- ASUNTOS LEGALES

- Se decide hacer un comité para el estudio de viabilidad del proyecto de solicitud de Utilidad Pública. El DR coordinará el mismo, informando en el próximo CSR.

- Se decide prescindir de los servicios de la abogada y se le agradece su servicio. Elena hablara con ella para comunicarle la decisión.

-Se decide contratar un seguro de responsabilidad civil a nivel nacional. Línea Telefónica realizará la contratación del mismo, el cual deberá especificar claramente las coberturas. Dicho seguro lo gestionara Secretaria. Antes de la contratación del mismo, deberá ser aprobado por el CSR.

14- ÁREAS

- Los MCR llevaran a las Áreas los servicios vacante, tales como RRPP; C+D; HI, Revista; y las diferentes Adjuntías.

- El MCR de Madrid informa que tele 5 nos ha invitado a un programa sobre drogas y Juan (Secretario del CSA de Madrid) se ofrece a asistir a ese programa. Se le da la confianza al mismo para que pueda realizar la entrevista, bajo la supervisión de Nicolás (anterior Coordinador de RRPP del CSR).

15- ASUNTOS PENDIENTES Y TEMAS NUEVOS

- Se decide incluir un link en nuestra Página Web el cual derive a los distintos grupos de reuniones por Internet, especificando que en ningún caso estos grupos pertenecen a la Región Española.

- Se decide publicar diario de decisiones en la revista. (PAUTA)



- Se decide cambiar la Junta Directiva que quedará formada por:
Presidente: Juan de Granada. / Vicepresidente: Toby.
Tesorero: Juan de Madrid. / Secretario: Cristóbal.
Vocales: Teresa de Valencia/ Iñigo / Michael de Marbella.

16- MINITALLER SUBCOMITÉS.

- Se aprueba la modificación de algunas de las pautas de los distintos subcomités.

- Se suprime la realización de Directorios Regionales en papel, pudiendo descargarse los mismos a través de la Pág. Web.

- Cualquier tipo de información, cambios y modificaciones de los grupos irán a través de los MCR por el formato que se ha aprobado.

- Se decide que en el campo de observaciones de los directorios no salgan teléfonos, fomentando el 902 actual.

- Los grupos de nueva apertura aparecerán a partir del tercer mes en el directorio Regional, con la entrega del segundo pack de literatura, no obstante el Servidor de Línea Telefónica tendrá la información de estos grupos.

17- ELECCION DE SERVIDORES

- Se presentan Cristóbal, Miguel de Canarias, Miguel de Chipiona, Gabriel de Jerez, Juan de Madrid y Julián de Barcelona para diferentes servicios y salen todos elegidos en Madrid.

- Se ratifica a Bruno como secretario del CSR titular.

18- CSR

- Se decide realizar dos reuniones por internet entre los CSR presenciales (una entre cada uno de ellos), (Se pautará), a la cual asistirán todos los miembros del CSR. Las fechas de dichas reuniones estarán definidas a principio del año (CSR de enero).

- Se decide poder elegir servidores en las reuniones por Internet, (siempre y cuando el servicio este vacante) y ratificar a los adjuntos, preferentemente en la que se realice antes del CSR de Enero. Los servidores que se postulen para las adjuntías se votaran en los CSR presenciales. (Esta decisión estará de prueba durante un año (hasta Enero 2015), pasado el cual se decidirá si seguimos con la misma o la modificamos, asimismo se decide que los servicios elegidos a través de este medio finalizaran en los CSRs, por lo que los servidores tendrán que ser consciente de que su servicio durará entre 2 y 4 meses más.

- La primera reunión del CSR por Internet tendrá lugar el 12 de Abril a las 20 horas. La segunda reunión por internet del CSR será el 27 de Septiembre a las 20 horas; dichas reuniones serán de una hora de duración, prorrogable a hora y media, en sábado y comenzando a las 20 horas. El próximo CSR presencial tendrá lugar en Madrid los días 20, 21 y 22 de Junio del 2014.

¡ANÍMATE! PUEDES SER EL NUEVO SERVIDOR DE LA REVISTA

Hacer la Revista de NA es bien sencillo

Tan sólo tienes que dedicarte a recopilar los textos, recabar información, hablar con los miembros del comité de redacción y supervisar los contenidos. La estructura de impresión y de diseño ya está creada, así que por eso no debes preocuparte. Da el primer paso en la región y preséntate como servidor/a de la Revista. ¡Sólo recibes los beneficios del servicio hasta que empiezas a practicarlo!



revista@narcoticosanonimos.es

*Anímate a servir...
Pasa a la acción!*



**DEMUESTRO MI GRATITUD CUANDO
ME PREOCUPO POR LOS DEMÁS Y
CUANDO COMPARTO CON OTROS A LA
MANERA DE NARCÓTICOS ANÓNIMOS**

www.narcoticosanonimos.es
902114147

