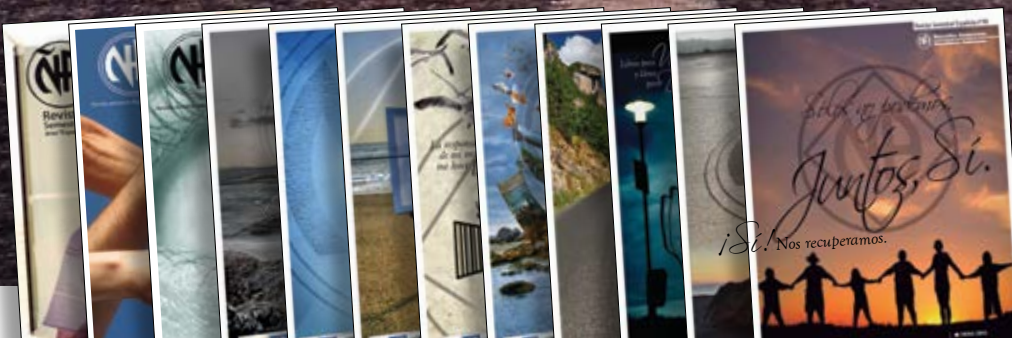


Forma de Vivir

- 12 pasos
- Talleres



Sumario

SUMARIO



EDITORIAL Y BIENVENIDA	PAG 03
34ª CRENA EN FUENGIROLA	PAG 04
UNA VIDA SIN DROGAS	PAG 06
LAS RELACIONES TÓXICAS Y EL MENSAJE DE NA	PAG 08
PAOLO O EL PODER DE LA SUPERACIÓN Y EL AMOR	PAG 10
12 PASOS: CAMINO HACIA UN AMOR PROPIO	PAG 12
30 AÑOS DE NA EN IBIZA	PAG 16
LA FUERZA DEL GRUPO	PAG 18
TESTIMONIO DE DIEGO	PAG 20
UN ADICTO (QUE NO SABE DIBUJAR)	PAG 21
TALLERES	PAG 21
SI ELLOS HABÍAN PODIDO, ¿POR QUÉ YO NO?	PAG 22
BENEFICIOS DE LA DECLARACION DE UTILIDAD PÚBLICA	PAG 23
CONVIVENCIA ÁREA DE MADRID, 2016	PAG 24
CONVIVENCIA ÁREA DE BARCELONA, 2016	PAG 25
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:

Marta R., 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.●

Editorial y bienvenido

Queridos compañeros y compañeras:

Un nuevo número de la Revista y seguimos adelante, el viaje continúa. Me siento afortunada por poder realizar este servicio, por la confianza que me brindasteis. Gracias a ello como que estoy en contacto con todos vosotros.

Quiero agradecer a todos los que habéis participado en la elaboración de este número de la Revista. Los que habéis mandado vuestros testimonios desde muchos puntos de la Región; a los que me habéis facilitado el material sobre los talleres de Servicio realizados en los últimos seis meses; al Comité de redacción por su inestimable ayuda y a Eduardo por la maquetación tan impecable y bonita de la Revista, un lujo. También quiero agradecer a los servidores de la Región que elaboraron el informe sobre las implicaciones de la Utilidad Pública porque nos va a ayudar mucho en nuestro propósito primordial: llevar el mensaje al adicto que todavía sufre.



Dos Áreas han mandado información sobre sus próximas convivencias: Madrid y Barcelona. Gracias a los servidores por hacernos llegar la información. También celebran sus convivencias en este semestre Campo de Gibraltar y Penibética. Hay donde elegir y celebrar la alegría de la recuperación, y además en noviembre el Área de Galicia va a celebrar unas jornadas de RRPP con motivo del 10º aniversario del primer grupo de Galicia.

Me gustaría animaros a que mandéis vuestros testimonios, experiencias, fotos...cuanto consideréis que sea de interés para N.A.

Todas vuestras colaboraciones son importantes porque la Revista la hacemos entre todos. Espero que el cariño que he puesto en la preparación de la Revista os llegue así como un fuerte abrazo!..●

Marta.
Área de Galicia.

revista@narcoticosanonimos.es



CRENA 2016 EN FUENGIROLA

“TODOS A UNA”

De repente se formó una cola que llegaba hasta la entrada del hotel. Empezaba una nueva CRENA y de nuevo cientos de compañeros iban llegando desde todas las áreas de España, con la alegría y la emoción, más o menos contenida, reflejada en sus caras, saludándonos unos a otros.



Uno, dos, tres... cinco, seis abrazos tratando de llegar a los servidores de BIENVENIDA... esto promete.....que bien que lo vamos a pasar!!

La primera entrada al comedor el viernes por la noche nos deja bastante satisfechos... la comida es mejor que aceptable, y los postres.... uuhhhh... Definitivamente con este buffet no nos va resultar fácil bajar de peso...

Al final vienen dos concejales de Fuengirola en lugar de la alcaldesa a la presentación de la CRENA. Parece que seguimos con la buena costumbre de conseguir que las autoridades lo-

cales den la Bienvenida a las Convenciones de NA. El concejal en su discurso habla de Fuengirola (y de lo bien que lo vamos a pasar...) y reconoce que NA es un recurso valioso al alcance de su ciudad.

Empieza la Convención formalmente con una interesante reunión de tres oradores justo después de la bienvenida del concejal.

Después algunos asistimos a una reunión del comité organizador de la CRENA, todos estamos ya más relajados y un poco cansados. Estamos contentos y satisfechos con la asistencia y preveemos una convención exitosa en todos

los sentidos. Mañana será otro día, será un día único e irrepetible.

Tenemos un compañero que se ofrece a enseñar y practicar con nosotros la meditación en cada convención a las 8,00 de la mañana. Colocamos 20 sillas pero al final somos 40 o más: Definitivamente la meditación es un tema que nos interesa, cada vez más, a los compañeros de NA.

Una compañera nos contó de su dificultad, en consumo, para sentirse unida al resto de la humanidad con tanta claridad que muchos nos identificamos con su sufrimiento y su



“Todos a uNA buscamos la libertad trabajando los 12 pasos. Todos a uNA aseguramos la unidad y el futuro de NA conociendo y viviendo las tradiciones. Todos a uNA estamos a disposición del adicto que desea recuperarse.



crecimiento. Los ojos de todos se llenaron de lágrimas...

Vimos a los veteranos, y a muchos más, llorar emocionados, y moquear disimuladamente, con las experiencias de nuestros compañeros del grupo de la prisión de Albolote, todos sentimos con ellos como la libertad y la esperanza brotaban de sus corazones.

Algunos asistimos a un taller interesantísimo donde debatimos como aprovechar las redes sociales para pasar el mensaje y acercar la recuperación a los adictos, manteniéndonos siempre en el marco de nuestras tradiciones y en espe-

cial en el Anonimato... y otros disfrutamos de una soleada y simpática tarde de tertulia, piscina y flamenquito de Jerez... hay pruebas gráficas de todo esto... Que bien que lo estamos pasando!!

Y qué sería de una Convención sin una buena fiesta ?? En 5 minutos 50 compañeros retiraron 400 sillas dejando el salón completamente despejado para la fiesta.

Y empezó la música en vivo, y poco a poco empezamos a contornearnos discretamente hasta que perdimos el sentido del ridículo y empezamos a reírnos de nosotros mismos disfrutando de la música y de la alegría de estar

limpios... , qué bien que lo hemos pasado!!

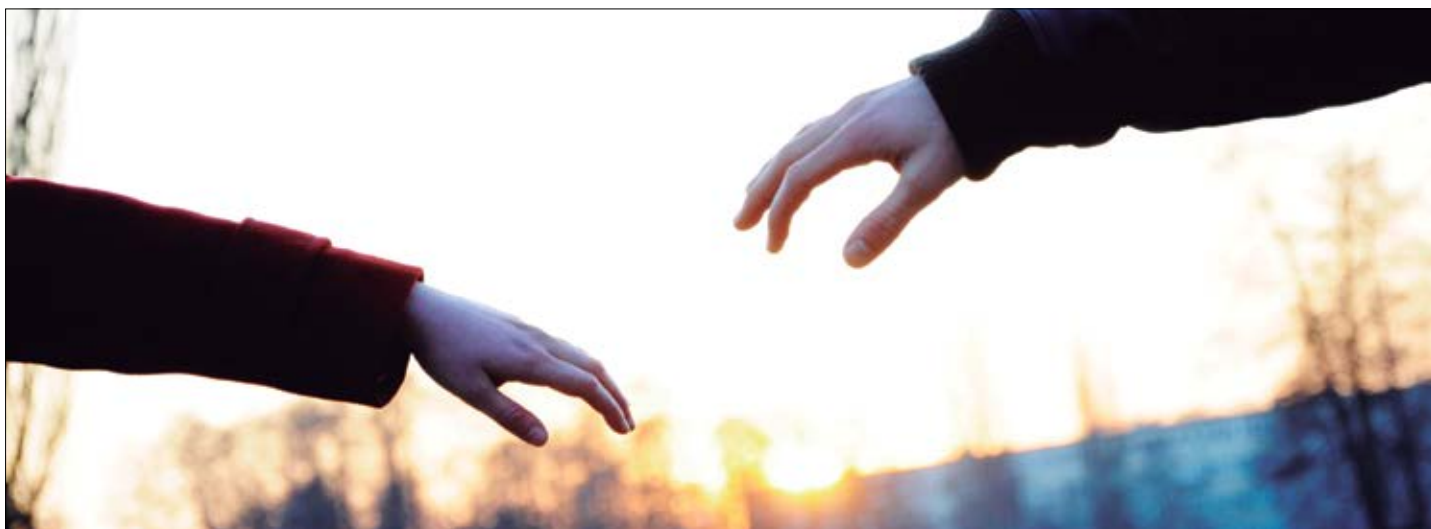
“Todos a uNA buscamos la libertad trabajando los 12 pasos. Todos a uNA aseguramos la unidad y el futuro de NA conociendo y viviendo las tradiciones. Todos a uNA estamos a disposición del adicto que desea recuperarse. Y maravillosamente, todos a uNA estáis aquí para ayudarme a mí...” compartió un compañero.

Ha sido un privilegio participar y disfrutar con todos vosotros en esta Convención...●

Escrito por: Romualdo, Silvina, Lucinda, Morris y Sharon

UNA VIDA SIN DROGAS

En la convivencia de Bilbao me dijeron que tenía que hablar sobre 'una vida sin drogas'. Entonces pensé que la primera vez que me planteé eso me dio mucho miedo, pánico. Pensaba también en que ahora el miedo es vivir con drogas, es justo lo contrario. Ahora el miedo es a que las drogas vuelvan a mi vida.



Yentre medias de esas dos sensaciones, siento que están los Pasos. He pasado a sentir miedo a volver a consumir, pero un miedo impulsor que me hace seguir hacia delante, ahora ya no me paraliza.

Con 14 años me desperté en la cama de un hospital. Tenía un tubo por la boca y mi madre llorando al lado. El día anterior había decidido dejar de sufrir. Y no encontré otra manera, no sabía. Al despertar y ver que seguía viva, creo que pensé 'voy a vivir ahora', ni en el pasado ni el futuro, sino en el día de hoy. Y las sustancias fueron una buena manera de

Al despertar y ver que seguía viva, creo que pensé 'voy a vivir ahora', ni en el pasado ni el futuro, sino en el día de hoy.

vivir aquí y ahora, hicieron que me olvidara de todo lo pasado y no quisiera preocuparme por el futuro. Cada vez que probaba una sustancia la cogía con bastantes ganas. Siempre ha sido mi sensación: buscar las sustancias y el cogerlas con muchas ganas. Llenarme con eso. Y por supuesto para mantener eso he hecho todo tipo de cosas, legales e ilegales, lo que hiciera falta. Creo que construí mi identidad junto con el consumo y lo que rodeaba a éste. A los 20 años empecé a pensar que quizás estar aquí y ahora se empezaba a convertir en un problema. El ir todos los días a un poblado, el tener una pareja adicta, el querer dos y tener que consumir cuatro, las cosas que hacía para drogarme... empecé a sentir-

No debo olvidar que mi recuperación es mi prioridad y que tengo que disfrutar del proceso y también seguir haciendo las cosas que como adicta no quiero hacer.



me atrapada por el consumo. No podía parar. Empecé a buscar ayuda. A los 27 entré en mi primer centro. Y bueno pues ahí empezó una carrera hacia delante. A veces cuando pienso en la diferencia entre parar de consumir y estar en recuperación entiendo que para mi parar de consumir aquella vez, fue como una carrera hacia delante. Era como si todas las sustancias ,todo lo que rodeaba al consumo me persiguiera; toda mi vida anterior estaba ahí esperándome y yo corría y corría y corría para no volver a aquello. Fueron dos años así.

No fue tan bonito como yo pensaba eso de dejar de consumir. Y bueno pues llego el día en que lógicamente volví a consumir, porque no había aprendido y desaprendido nada, realmente solo había estado sin consumir. O sea, una vida sin drogas; y claro, una vida sin drogas, no se vivirla. Y bueno pues ahí estuve unos meses recaída y se cruzo en mi vida un compañero que empezó a contarme que él era adicto y cómo se recuperaba. Me acompañó y me guió durante unos meses hasta que por fin entré en mi primera reunión de N.A. Llegué con las mismas sensaciones que me han perseguido toda mi vida, de autodestrucción total. Esa sensación que ya había tenido de pequeña, que había tapado con un montón de drogas y que las drogas habían hecho que volviera a tener: Alicia hazte un poquito más de daño, a ver si sufres un poco más, a ver si así te sientes un poco mas culpable y a ver si al final acabas queriéndote morir. Eso siempre había estado dentro de mí. Tapado con drogas, pero siempre había estado.

Y me quedé en las reuniones. No tenía donde ir ni física ni espiritualmente, no tenía donde reposar. La negación empezó a caer. Busqué una madrina y empecé los pasos. Y las cosas empezaron a mejorar. Conseguí un trabajo, seguí en la universidad, con mi familia estaba mejor y mi pareja adicta también entró en recuperación. Pero me estancué en

el trabajo de los pasos y me volvieron las ideas de consumo y autodestructivas. Además cuanto mejor estaban las cosas fuera mas me costaba a mi decir que peor estaban las cosas dentro. Volví a pensar en el suicidio, después de dos años en los grupos, entonces fue un punto de inflexión para pedir de nuevo ayuda. Pedí ayuda a aquel compañero que me enseñó el programa, el que hoy es mi Padrino y pude terminar el cuarto y quinto paso. Continué con el resto de pasos. En el Octavo y noveno, sentí que podía perdonar a los demás, pedir perdón y perdonarme.

Empecé a confiar y a agradecer. Empecé a tener un poco de paz mental y a sentirme realmente agradecida por el hoy y el ahora. Comprender que en la recuperación hay muchas cosas que la Alicia adicta no quiere hacer, pero que si las hago, trasciendo las cosas y la Alicia que se quiere recuperar, crece. Continué con el décimo, con el undécimo. El doceavo paso dice que nuestro poder superior puede ser 'nuestra naturaleza interior mas elevada' y sentí que eso es mi poder superior, eso que está por encima de las ganas de morirme y por encima de la autodestrucción, que me está llevando hacia delante. Me dijeron también que si esto no lo compartes lo pierdes y mágicamente empezaron a venir

Empecé a confiar
y a agradecer.
Empecé a tener
un poco de
paz mental y a
sentirme realmente
agradecida por el
hoy y el ahora.

compañeros a decirme 'oye Ali, me puedes ayudar?'; entonces, empecé a trabajar con compañeros y entendí que por eso nunca acaba esto, porque siempre estoy haciendo los pasos con la gente, y por eso estoy muy agradecida. Y siento que estoy viviendo un proceso súper bonito. También difícil, pero me dicen que el dolor del crecimiento no me lo puedo ahorrar, que tengo que ir trascendiéndolo. He llorado mucho en este último año, pero también he empezado a llorar de gratitud y eso es nuevo para mí, es un regalo. Porque la vida me ha dado la oportunidad de cambiar y regresar a la funcionalidad: continuar en la universidad y haber podido cambiar de profesión por algo que me encanta, tener mejor relación con mi familia, tener un hogar y compartirlo con mi pareja que sigue en recuperación también y tener un sentido de pertenencia al mundo que va creciendo poco a poco. Pero sobre todo me ha regalado que yo tenía una puerta dentro de mí que abría constantemente y que me llevaba a un rincón oscuro lleno de culpa y vergüenza y ganas de morirme, ese rincón que recuerdo estar en mí desde que era pequeña. Todo eso, es como que ya no está, entonces mi mente intenta ir allí y no puede, no puede, algo lo ha sustituido ... y yo creo que es poder superior, es la sensación de que la recuperación me está devolviendo el poder a mi misma a través del poder superior que concibo. Antes se lo daba a las drogas, a mi pareja, a mi padre, a las circunstancias y las cosas externas. Y hoy la recuperación me enseña a ir teniendo mas seguridad y pertenencia junto a mi poder superior. Y para conservar esto y que siga creciendo en mi interior, sigo haciendo lo que me dicen, que es no olvidar que mi recuperación es mi prioridad y que tengo que disfrutar del proceso y también seguir haciendo las cosas que como adicta no quiero hacer. Estoy eternamente agradecida de estar en el proceso. Gracias a mi poder superior y a la confraternidad.●

Alicia. Área de Madrid.

LAS RELACIONES TÓXICAS Y EL MENSAJE DE NA (2)

En el anterior número de la Revista se publicó un testimonio, mandado en audio, que se compartió en el cierre de las Jornadas de Mujeres en Recuperación de la Región Argentina. Este es el segundo que se compartió en las mismas. El tema propuesto era el de "Las relaciones Tóxicas y el mensaje de N.A". De nuevo he intentado plasmar el sentimiento de la voz de Lea, espero haberlo conseguido.

Hola, soy Lea, adicta y me recupero en Narcóticos Anónimos. Este va a ser un pequeño viaje de 25 años y que tiene que ver con vivir en libertad, a la manera de N.A y con el tema que me sugirieron: "Las relaciones tóxicas".

Yo siempre quise ser feliz. Empecé a consumir a los 16 años. No sentía que encajaba en ningún sitio, me sentía ridícula, tonta, inocente. Todos esos "cartelitos" no los soportaba. Un día conocí a un grupo de gente que consumía en una plaza cerquita de mi casa, con ellos empecé a consumir. Al principio no me gustaba nada pero insistí e insistí porque no podía ser que a ellos les gustase y a mí no, hasta que le encontré la "onda". Dejé de sentir que no pertenecía, por primera vez me sentí bien. Supongo que esa sensación la conocen: pertenencia, tenía mi grupo: los chicos de la plaza, me divertía. Al principio mi consumo era esporádico; terminé la secundaria, era buena alumna y tenía sueños. Pero a medida que fue pasando el tiempo, según fue aumentando mi consumo, mis sueños empezaron a quedar de lado y los amigos también. La familia quedó por el camino y tal como dice uno de los preámbulos a las reuniones, mi vida se centró en torno a las drogas, cómo obtenerlas y el modo de conseguir más. Reconozco que si todo hubiese

Una vez en Buenos Aires me hablaron de N.A. Yo dudé un poco, pero me insistieron y me dijeron que no tenía nada que perder, solo era ir y escuchar.

ido bien yo seguiría consumiendo, pero no sé qué pasó, fue de un día para otro que empezó el horror, la paranoia, la pérdida de control, el no comer y el sin vivir. Nunca olvidaré el estado animal en el que llegué a estar. Por las noches, cuando intentaba dormir, rezaba: por favor, que se me "vaya esto" y prometía que al día siguiente iba a ser diferente y de nuevo otra vez lo mismo.

Me casé muy jovencita. Consumíamos los dos y no había forma de coincidir en el momento de querer dejar de consumir, quería parar de consumir uno y el otro no y viceversa. Un descontrol total. Recuerdo una vez que un amigo me preguntó: ¿Lea,

cuánto pesas? y le dije que 46 kilos. Me contestó que pesaba menos que un saco de cemento. Fue un comentario tonto pero que me hizo tomar una especie de conciencia: ¡peso menos que un saco de cemento!. Llegó un momento en el que mi marido decidió ingresar en una "granja" y al poco tiempo le seguí. ¡ Al fin coincidíamos!. Estuvo muy bien todo durante un tiempo pero al poco esto se torció. Me separé de mi marido, hice cosas que no debía y me mandaron de vuelta para Buenos Aires.

Una vez en Buenos Aires, la gente con la que hacía "hospital de día" me hablaron de N.A. Yo dudé en poco, lo de narcóticos me sonaba a policía pero me insistieron y me dijeron que no tenía nada que perder, solo era ir y escuchar. Total que ese día yo estaba un poco receptiva y como llevaba un tiempito sin consumir me animé y fui a mi primera reunión, al "Ameghino". Esto fue en noviembre del año 89, ¡el siglo pasado!. Recuerdo la luz que entraba por la ventana, la cantidad de compañeros que había, aluciné. Un compañero me dijo que llevaba 14 años limpio, ¡14 años!. Me emocionó el ver que alguien pudiese estar tanto tiempo sin consumir. No me hablaron de drogas, me hablaron de como ellos paraban de consumir y lo que más me gustó fue que encontré a la misma gente que paraba en la plaza donde empecé a consu-

A los dos días volví al grupo, reconocí que había recaído y que estaba dispuesta a hacer lo que fuese necesario para no volver a sentir ese dolor desgarrador de sentirme sola.

mir, los mismos pero sin drogas. Me dijeron que el alcohol es una droga, pero como yo nunca había tenido problemas con eso no les hice mucho caso. Era primavera, empezaban los calorcitos y yo volví a ir a la plaza. Iba a la reunión y después volvía con la gente del "palo", mi marido y los demás. ¿Sabes cuánto duré?...nada. Intentar dejar de consumir estando con gente que está consumiendo es una fantasía irrealizable. Yo no duro nada cuando hay drogas. Empecé con alcohol, dejé de ir al grupo y pensé que si podía beber pues también fumar y volví a mi sustancia de preferencia...otra vez estaba en el mismo sitio con la diferencia de que esta vez estaba embarazada.

La noche del 6 de enero del año 90, después de una noche loca de conflictos con un familiar y de consumo descontrolado, tuve una hemorragia que me obligó a ir a buscar ayuda a un hospital. En ninguno me querían atender, me rechazaban por el tema del VIH, era el año 90 y no tenían ni idea. Por fin en uno me aceptaron, me ingresaron y me colocaron en el cuarto de la limpieza, rodeada de escobas, en una camilla sola con todo mi dolor, en pleno proceso de un aborto y toda la angustia y soledad que mi enfermedad conlleva. Ahí fue mi fondo. Yo no me merecía eso, me sentía como un perro apaleado. La única persona que estuvo a mi lado fue mi mamá. A los dos días volví al grupo, reconocí que había recaído y que estaba dispuesta a hacer lo que fuese necesario para no volver a sentir ese dolor desgarrador de sentirme una mierda, de sentirme sola. Sabía que la vida merecía la pena y al menos quería morir dignamente, no quería morir de una sobredosis y es ahí cuando me "enganché" a las reuniones. Busqué un trabajo y viajaba mucho pero los fines de semana iba a dos grupos diferentes pero del programa no entendía nada.

Aun no existía el Texto Básico, tan solo un pequeño borrador, y unas guías fotocopias de los pasos 1º, 2º y 3º. Cuando cumplí 9 meses limpia llegué a una especie de encrucijada y pedí a un compañero que fuese mi padrino. Ahora entiendo que para mí el mero hecho de pedir ayuda fue un salto cuántico y ahí empecé a entender lo que la literatura me decía, me identificaba cada día más. Cambié de trabajo y empecé a asistir a más reuniones y a hacer servicio. A día de hoy miro para atrás y me digo que mi vida ha sido maravillosa. He trabajado, he viajado, me he sanado de enfermedades, me siento libre y siempre el hilo conductor es mi historia dentro de N.A.

Como relaciono yo el tema de las relaciones tóxicas con todo este viaje que me ha traído a vivir a España. Relaciones con mis padres, hermano, con amigos, con mis compañeros de grupo, compañeros de trabajo, con mis relaciones sentimentales, conmigo misma y con mi Poder Superior, también hay un hilo conductor, un factor común que soy yo: mis relaciones cambian según yo voy cambiando. Si Lea no cambia, vuelvo a cometer los mismos errores. Y claro que he cambiado, porque la vida misma me cambia y porque el programa, que es un camino hacia dentro, me ha cambiado. Hay una frase en el cartón de las tradiciones que dice: "las tradiciones nos protegen de las fuerzas internas y externas que podrían destruirnos". Yo tengo una fuerza interna que podría destruirme y que desea destruir todo lo que toco y que yo llamo adicción, que podría llamar tóxica y es esa fuerza la que tengo que ir equilibrando de la mano de mi Poder Superior, de mi madrina, escribiendo los pasos, a través de un

Si Lea no cambia,
vuelvo a cometer
los mismos errores.
Y claro que he
cambiado, porque
la vida misma me
cambia y porque el
programa, que es un
camino hacia dentro,
me ha cambiado.

Soy una enamorada de Narcóticos Anónimos, ojalá haya podido transmitir lo que siento, ojalá les llegue. Es un honor que me hayan dedicado parte de su precioso tiempo para poder leer estas líneas, Les deseo mucha felicidad. Yo la encontré en este camino. Ojalá nos encontremos.

programa espiritual. No tengo otra manera porque cuando yo no estoy en recuperación, estoy en adicción. Tengo un camino, una guía que son los 12 pasos que me está llevando a mejorar mi relación conmigo misma, a quererme. Es síntoma de mi locura pensar que mis relaciones con los demás a mí me van a salvar, si me quieren o no me quieren, si me dan o no me dan, me tengo que querer yo, cuidar yo de mí misma.

Mi vida hoy está muy ordenada, estoy contenta y feliz. Sigo manteniendo mi trabajo, tengo una relación sentimental que procuro alimentar a diario y vivo en base a unos principios. Pero cómo me costó porque una cosa son los principios de los que me habla el programa y otra muy distinta son los míos. Ando penduleando de un extremo a otro y ahí está mi enfermedad contaminando todas las áreas de mi vida, contaminando mi espiritualidad, mi amor. ¿Cómo pretendo dejar de ser tóxica? lo hago gracias al programa, que me invita a mirarme a mí, a descubrir quién soy y amarme así como soy. Ese es mi camino.

Soy una enamorada de Narcóticos Anónimos, ojalá haya podido transmitir lo que siento, ojalá les llegue. Es un honor que me hayan dedicado parte de su precioso tiempo para poder leer estas líneas. Les deseo mucha felicidad. Yo la encontré en este camino. Ojalá nos encontremos.●

PAOLO O EL PODER DE LA SUPERACIÓN Y EL AMOR

Paolo y sus dos hermanos Hugo y Lorenzo, nacieron en una familia humilde, en el popular Barrio Alto en la ciudad andaluza de Almería. Su padre era zapatero y su madre ama de casa. Trataron de educar a sus tres hijos para que fueran personas normales, con vidas normales.

No obstante, la vida les tenía deparado otro futuro no tan normal: crecieron en un ambiente de delincuencia y depresión. Sus amigos y su círculo social eran gente que no conocía más que el mundo de las drogas, la mentira, la manipulación y la lucha por la supervivencia, en un ambiente hostil y sin esperanzas.

No quiero alargar mucho esta historia y voy a pasar a la fase en la que el personaje de la misma, Paolo, llegó a una Casa de acogida en Chiclana, provincia de Cádiz. Era el año 2014. Ésta es una casa regentada por unas religiosas, que acoge a personas con la enfermedad del VIH, que carecen de apoyo social y familiar. A la casa llegó Paolo, que debido a su enfermedad y al consumo de

sustancias, estaba en un estado de salud muy precario, casi a punto de ser desahuciado. Tenía el convencimiento de que iba a morir en aquel sitio. A los dos meses de estar en la Casa, llegaron unos chicos y una chica que decían pertenecer a una asociación llamada "Narcóticos Anónimos", que, según ellos mismos decían, querían ayudarles y enseñarles un nuevo modo de vida libre de drogas. Al principio, Paolo quedó un poco sorprendido por lo que decían aquellas personas; él nunca había conocido una vida sin drogas. No obstante, siguió asistiendo a aquellas reuniones que los de NA celebraban en la casa en sábados alternos. Empezó a interesarse por la literatura de NA y pidió un Texto Básico. Durante las largas noches en las que no podía dormir, leyó con atención aquel libro, que parecía haber sido escrito por él. Cada sábado esperaba con ilusión la llegada de los

En una visita de Paolo a sus hermanos, consiguió que Hugo se viniera con él a Arcos. Le invitó a las reuniones y Hugo empezó a despertar, a mantenerse limpio y a comprobar que existía una forma de vida diferente.

Narcóticos Anónimos es algo grande, es verdad que salva vidas y este es un testimonio claro de ello. Gracias N.A. Al escribir esta linda historia siento mucha gratitud y hasta ganas de llorar.



compañeros de N.A. Ellos iban turnándose y cada vez eran compañeros y compañeras diferentes. Estaba empezando a ver que era verdad lo que decían: que existía una forma de vida libre de drogas, una forma de vida que parecía funcionar a esas personas que, cuando hablaban, utilizaban un lenguaje muy similar al suyo.

Después de esa casa de acogida y siguiendo las recomendaciones de su terapeuta en aquella comunidad, ingresó en un centro de tratamiento en Arcos de la Frontera (Cádiz), en el que permaneció durante seis meses. Conoció a la que actualmente es su compañera, Toñi y empezó a asistir a las reuniones de Narcóticos Anónimos en una población cercana. Allí le pidió a uno de los compañeros que le llevó el mensaje de recuperación a ese centro de acogida, Diego, que fuese su padrino, a lo que éste amablemente accedió.

Después de su estancia en Arcos y siguiendo nuevamente las sugerencias de su terapeuta, se trasladó a la ciudad de Córdoba, en la que estuvo durante nueve meses en un piso de reinserción. Aún estando en Córdoba, no perdía oportunidad de volver a las reuniones a las que podía. Durante ese período se abrió un nuevo grupo en Arcos y hasta tuvo la oportunidad de actuar en dos películas y además ingresó en un grupo de aficionados al teatro, en el que representó el Tartufo de Moliere.

Ya habían transcurrido tres años desde su llegada a esa casa de acogida y en N.A. le sugirieron que por qué no se presentaba para Coordinador de Hospitales e Instituciones de la casa, a lo que accedió. Primero pidió el apoyo de su grupo de Arcos y luego se presentó a la elección por parte del Comité de Servicio de su Área, donde fue elegido por unanimidad. Desde que es Coordinador de la casa de acogida, la asistencia de los internos ha aumentado considerablemente. Ellos saben que Paolo ha estado allí y ha rehecho su vida, se ha convertido en una referencia, en una luz de esperanza que brilla y les ayuda a descubrir con meridiana claridad que existe una nueva forma de vida libre de drogas.

Empezábamos la historia hablando de Paolo y de sus hermanos Hugo y Lorenzo. Ellos, durante el tiempo que duró el proceso de Paolo, siguieron en Almería con el único tipo de vida que habían conocido: el del consumo de drogas. En una visita de Paolo a sus hermanos, consiguió que Hugo se viniera con él a Arcos. Le invitó a las reuniones y Hugo empezó a despertar, a mantenerse limpio y a comprobar que existía una forma de vida diferente. Al poco tiempo dejó de consumir y pidió ingresar en un centro de tratamiento en Algeciras. Hugo ya lleva tres meses en el centro, ha despertado a la recuperación y se encuentra limpio de todo tipo de sustancias.

Estaba empezando a ver que era verdad lo que decían: que existía una forma de vida libre de drogas que parecía funcionar a esas personas que utilizaban un lenguaje muy similar al suyo.

Pero como Paolo, en su deseo de ayudar, no se ha rendido nunca, volvió a Almería y se trajo con él a su otro hermano, Lorenzo, que lleva aproximadamente mes y medio en Arcos, acude a las reuniones y se está manteniendo limpio. Hace unos días, en una reunión le escuché decir que nunca había conocido otro tipo de vida que la de las drogas y que se sentía muy agradecido porque, gracias a nosotros, había descubierto que sí, que se podía vivir limpio.

Narcóticos Anónimos es algo grande, es verdad que salva vidas y este es un testimonio claro de ello. Gracias N.A. Al escribir esta linda historia siento mucha gratitud y hasta ganas de llorar.

Arcos de la Frontera, a 5 de mayo de 2016. Por el ÁREA DEL SUR.

12 Pasos:

Camino hacia un amor propio

Estaba sentado un día en la reunión donde acudo en mi grupo base entre gente entrando y algunos móviles que sonaban. La reunión estaba empezando y parecía un día como otro. Me sentía risueño, apático y con ganas de estar en otro sitio menos dentro de esa sala donde a veces se me hace pequeña, turbia y claustrofóbica.

Respiré, conecte con ese poder superior que existe en la sala y me puse receptivo a escuchar. Entonces sucedió el milagro. La voz de un compañero esclareció mis turbulentos pensamientos que muchas veces me cuestan de comprender cuando entro dentro de mi círculo auto obsesión. ¡Habla de nosotros! Era una voz calmada, solemne y apacible y que transmitía sabiduría, y dijo: "El ser humano es el único ser vivo que es capaz de hacerse daño a él mismo. No conozco a otro ser vivo en la tierra capaz de autodestruirse como yo lo he hecho con las drogas durante mi consumo activo. ¡De verdad no lo conozco!"

Esas palabras del compañero me produjeron cierto desconcierto y a la vez sentí una fuerte empatía hacia esa persona y hacia mi mismo. ¿Estaba delante la propia evidencia de lo que había sido mi verdadera vida durante mis años de consumo? ¿Había sido un ser despiadado que había sido capaz de autodestruirme a mi mismo y en consecuencia a los demás?

Al principio de mi recuperación mi padrino fue muy claro e insistente en que empezará a trabajar los pasos. Mi mente no comprendía ese proceso pero él quería

qué fuera en busca de ese ser perdido que por culpa de las drogas había dejado de quererse. Ahora es cuando me doy cuenta de eso. Antes no entendía el sentido de ponerme a escribir los pasos y como él decía: ¡Practicarlos!

La verdad es que, aunque me consideraba un adicto en potencia, una persona capaz de invertir su tiempo y espacio en su consumo de drogas con toda su alma buscando esa paz que nada ni nadie le daba, estaba dispuesto hacer, lo que hiciera falta, para salvar mi alma. En ese momento de mi

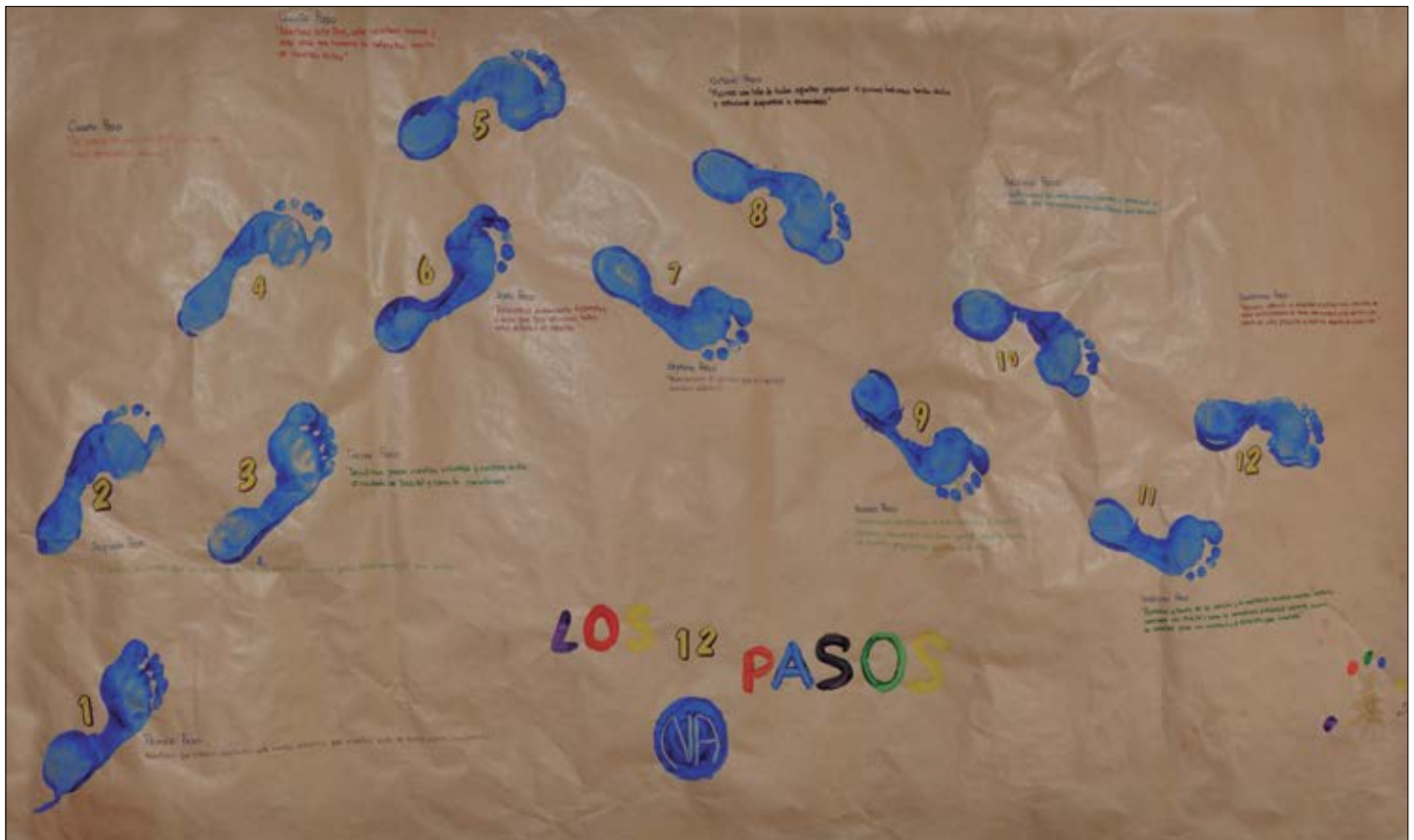
El hecho más significativo después de estar limpio ha sido levantar mi mirada del suelo y empezar a mirar al resto de seres humanos a los ojos.

vida decidí que tenía que cambiar de una vez por todas, no tenía otra escapatoria o cambiaba o moría. Ese instinto de supervivencia que antes busca en el fondo de cualquier sustancia, lo amoldé a una virtud de querer madurar y crecer como persona. ¡Llenar con algo ese vacío que la droga me dejó! Y empecé a trabajar los pasos...

Cuando dejé el consumo de droga sentí muy adentro ese vacío de inmenso dolor que me producía la abstinencia de drogas e incluso pude ver la muerte ante mis ojos, la más viva desesperación de la angustia y sinsentido de mi vida. Un desierto sin agua, sin luz ni esperanza. ¡Llegué a Narcóticos Anónimos intentando ver esa luz que no asomaba por ningún espacio de vida!

Sólo cuando empiezo aceptar mi impotencia ante mi adicción empieza a cambiar mi vida... ¡Luego otra cosa comprendí, todos los pasos hay que practicarlos, todos los días!

Primer Paso: "Admitimos que éramos impotentes ante nuestra adicción que nuestra vida se había vuelto ingobernable." Me liberé de mi antiguo yo, acepté y comprendí la naturaleza de mi enfermedad. Me produjo un gran alivio el pensar que no soy culpable de mi enfermedad. Un paso que practico cada día.



Segundo paso: "Llegamos a creer que un poder superior a nosotros podía devolvernos el sano juicio." Esperanza. Pura y dura. Algo más fuerte puede ayudarme en mi recuperación. Empecé con ese paso mi camino espiritual. Mi ser desconectado por la droga empezó a tomar conciencia de la verdadera existencia humana y espiritual. Este contacto no lo pierdo nunca.

Tercer paso: "Decidimos poner nuestra voluntad y nuestra vida al cuidado de Dios, tal como lo concebimos." Decidir esto en su momento no fue fácil, mi mente controladora y gran egocéntrica no entiende este paso. Pero sólo de esta forma podía y puedo salvar mi alma herida y traicionada por el consumo de drogas. Me entregué y sigo entregándome a esa fuerza espiritual que me quita la obsesión del consumo y me libera de toda esa angustia y dolor que me produjo las drogas.

Cuarto paso: "Sin miedo hicimos un inventario de nosotros mismos." Otra vez la esperanza se mezcla con el dolor y la angustia de ver tal como soy y somos, pero aunque parezca difícil de entender, la única manera de salvarme de los daños que produjo mi enfermedad y mi adicción a las drogas es a través de éste paso.

Quinto paso: "Admitimos ante dios, ante nosotros mismos y ante otro ser humano, la naturaleza exacta de nuestras faltas." Ho-

nestidad con uno mismo. Tuve y tengo que lanzarme a diario a practicar este paso y confiar con la gente que me puede ayudar. Un paso muy importante para mi recuperación. Durante mi adicción activa no busqué nunca ayuda de ningún tipo verdadera, en este paso aprendí y aprendo a ello.

Sexto paso: "Estuvimos enteramente dispuestos a dejar que Dios eliminase todos estos defectos de carácter." Es donde vi la naturaleza de mi enfermedad que está en mis defectos y para ello estuve y estoy dispuesto durante mi proceso de crecimiento a cambiarlos y mejorar mi existencia personal y social. ¡Es la única forma de mejorar y que la

Aún en mis peores días,
afronto mi vida tal y
como viene, tengo
dignidad, integridad y por
momentos acciono con
determinación. Me quiero
y cada vez me siento más
a gusto conmigo mismo y
con vosotros.

progresión de mi enfermedad no me acerque otra vez al consumo y al sufrimiento!

Séptimo paso: "Humildemente le pedimos a Dios que nos quitase nuestros defectos." ¡Un paso difícil! ¡Como adicto mi tendencia siempre ha sido y es a culpar a los demás de mis defectos por culpa de mi grandiosidad! ¿Y tengo que pedir humildemente a dios siendo yo el centro del universo que me quite eso que en realidad no quiero que me quite? ¡Qué gran controversia! De eso se trata este paso de HUMILDAD. No HUMILLACIÓN.

Octavo paso: "Hicimos un lista de todas aquellas personas a quienes habíamos hecho daño y estuvimos dispuestas a enmendarlo." ¡Atento que viene curvas! Posiblemente el paso más difícil en mi proceso de recuperación admitir que aparte de mi persona había dañado a otros por nuestra enfermedad. Aquí empieza el verdadero cambio.

Noveno paso: "Enmendamos directamente el daño causado a aquellas personas siempre que nos fuera posible, excepto cuando el hacerlo perjudicaría a ellas o a otras." Para mi el paso más bonito y más liberador que me ofreció y sigue brindándome Narcóticos Anónimos. El perdón. Yo he conseguido con él estar en paz con mi familia y mis amigos, y por consecuencia he conseguido paz en mí.

En este trabajo interior uno descubre la persona que había dejado de amar durante su consumo activo. Esa persona que por culpa del consumo de drogas se había apagado dejando salir lo más feo de su personalidad, nuestros defectos y peores temores.

Décimo paso: "Continuamos haciendo nuestro inventario personal y cuando nos equivocábamos lo admitíamos rápidamente." Autoconocimiento y disciplina. Humildad y crecimiento personal. Un paso difícil pero liberador. Mejoré y sigo mejorando vida día a día con este paso. Es el mejor regalo que te puedes ofrecer y ofrecer a los demás.

Undécimo paso: "Buscamos a través de la oración y meditación mejorar nuestro contacto con dios tal como lo concebimos,

pidiéndole conocer su voluntad para con nosotros y la fortaleza para cumplirla." ¡Eso será verdad! ¿Un paso que me conecta con mi propia naturaleza como persona y ser humano a través de esa conexión espiritual con ese dios que para mí es la vida? En su día entendí que mi vida tenía que estar conectada por un camino y un sendero espiritual. Un crecimiento constante hacía mi propia sabiduría de ese individuo Anónimo que soy.

Duodécimo paso: "Habiendo obtenido un despertar espiritual como resultado de estos pasos, tratamos de llevar éste mensaje a los adictos y de practicar estos principios en todos los aspectos de nuestra vida." El paso más importante, puedo hoy en día compartir todo lo que me han enseñado y me enseñan los pasos. Soy una persona nueva. Puedo integrarme correctamente dentro de la sociedad y puedo aportar luz al sufrimiento ajeno. Estoy preparado para llevar el mensaje y demostrar que soy una persona productiva y activa dentro de la sociedad. El cambio es posible.

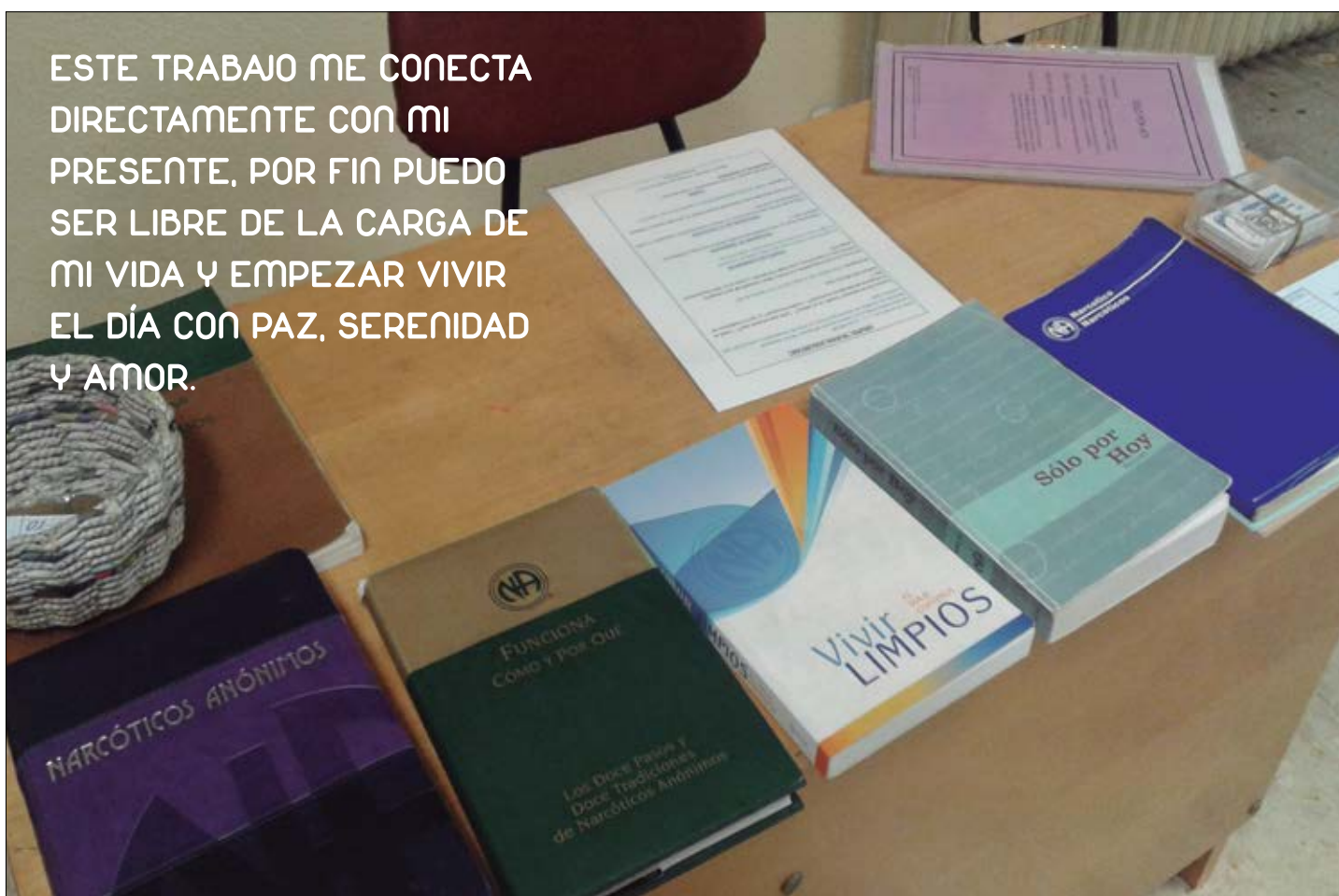
En este trabajo interior uno descubre la persona que había dejado de amar durante su consumo activo. Esa persona que

por culpa del consumo de drogas se había apagado dejando salir lo más feo de su personalidad, nuestros defectos y peores temores. ¡Miedo a vivir!

No supe amar y fracasé en todo cuanto me propuse en la vida. Mi autoestima estaba valorada por los demás y dependía de las sustancias, circunstancias, lugares y cosas para ser feliz. Estaba preso de una enfermedad que me dejaba vivir sin ver luz, la droga se encargaba de arruinar todo cuanto apreciaba en la vida. Era esclavo y servidor de una sustancia para mi bienestar personal. Y yo me pregunto. ¿Qué le daba a la vida? Nada, solo angustia y dolor de autodestruirme constantemente porque la vida no se ajustaba a mis necesidades.

Cuando empiezo a trabajar los pasos descubro que la vida tiene otro color, que la recuperación va servida de experiencia de cambio, lo afirma la gente que trabaja y vive el programa día a día y pone en práctica los principios. Gente Anónima que ha encontrado una nueva forma de vivir más alegre, más armónica, tranquila y que disfruta de la vida sin tener que escapar constantemente con la droga pudiendo afrontar los problemas de su vida sin una dosis. ¡Qué mejor esperanza que esa!

**ESTE TRABAJO ME CONECTA
DIRECTAMENTE CON MI
PRESENTE, POR FIN PUEDO
SER LIBRE DE LA CARGA DE
MI VIDA Y EMPEZAR VIVIR
EL DÍA CON PAZ, SERENIDAD
Y AMOR.**



CUANDO EMPIEZO A
TRABAJAR LOS PASOS
DESCUBRO QUE LA VIDA
TIENE OTRO COLOR, QUE
LA RECUPERACIÓN VA
SERVIDA DE EXPERIENCIA
DE CAMBIO.

Eso es el mejor amor que puede darse uno mismo. El rencontrar su propio sentido a la vida de nuevo. Sentir amor hacia las cosas, lugares y gentes. Disfrutar de una puesta de sol viendo el atardecer o tomar un refresco con algunos compañeros después de la reunión. ¡La vida me empieza amar en ese instante! ¡En ese mismo instante! No tengo que luchar más contra marea porque voy a viento a favor con mi propia vida. Dejo de pelearme conmigo mismo y vivo más intensamente cada instante como si fuera el último. La vida tiene valor de nuevo. La droga ya no me destruye y puedo crecer libremente sin tapujos ni clavijas que me hagan sentir que la vida es dolorosa por obligación, que estoy obligado a sufrir porqué no hay otro remedio. ¡Mi interior por fin descansa y se entrega a vivir! ¡Sólo si trabajo y practico los pasos!

Este trabajo me conecta directamente con mi presente, por fin puedo ser libre de la carga de mi vida y empezar vivir el día con paz, serenidad y amor. Yo tengo el timón de mi vida, o elijo seguir sufriendo o empiezo a encontrar mi propia senda de amor, ese camino que me llevará a la máxima expresión de mi propio concepto de felicidad. Un concepto que solo lo descubro librándome de mi antiguo yo, de mi parte enferma, de mi ego.

El amor
es la mayor virtud
que me ha regalado
Narcóticos Anónimos.
Amarme y amar
a los demás.

Encontrarse cuesta trabajo pero solo enfrentándome a mis propios miedos y rasgos enfermos de mi persona puedo llegar a dejar de sufrir en recuperación. Sólo buscando, con la ayuda de los 12 pasos lo puedo conseguir, y no es una tarea fácil hay mucho trabajo por delante, pero solamente de esta forma puedo aliviarme ciertos estados y emociones que me provocan malestar y sufrimiento. Esa es la recuperación de este programa, una limpieza total de mi parte enferma de mi persona.

¿Aunque sea una enfermedad crónica, eso significa que no puedo sanar todos esos aspectos negativos y malos que ha dejado el consumo y una vida insana en lo personal y afectivo? ¿No hay solución po-

sible? Sí la hay. Aunque sea crónica puedo vivir una vida feliz alegre y alejada del sufrimiento de la enfermedad. Me puedo convertir en una persona nueva. Una persona más transparente, limpia por dentro y por fuera. ¡Una persona en recuperación!

¿Me atrevo a indagar en ello?
¡Empiezo por escribir!

El amor es la mayor virtud que me ha regalado Narcóticos Anónimos. Amarme y amar a los demás. Hay un dicho que viene de otro programa de 12 pasos pero que se comenta en las reuniones de N.A que es: "Nosotros te vamos amar cuando tu estés dispuesto a dejar que te amemos." ¡Quiere decir cuando tu empieces a amarte a ti mismo! Este paso es muy importante como miembros Anónimos de ésta confraternidad porqué nuestra unidad depende de ese amor, sin amor la confraternidad muere. Un punto importante. ¿No creéis?

Los pasos me acercan indudablemente al amor. Son doce pasos hacia mi libertad y mi desarrollo personal y sólo, si los aprendo y practico podré seguir descubriendo ese camino de amor que empieza por amarse uno mismo.●

Felices 24. ANONIMO.

30 AÑOS DE NA EN IBIZA

El pasado 22 de abril se cumplieron 30 años desde que se celebró la primera reunión de NA en Ibiza. Para conmemorar tan significativa fecha las personas adictas que nos recuperamos en esta maravillosa isla nos reunimos en el café-terraza Ítaca, situado en la bahía de la localidad de Sant Antoni de Portmany. Asistimos unas 50 personas de diversas nacionalidades, Holanda, India, Islandia, España, Francia, USA, Inglaterra, (la variopinta procedencia del personal es una de las señas de identidad de la isla) y también compañeros de otras áreas, como Barcelona y Mallorca.

Con diferentes tiempos de limpieza cada compañero/a, desde 30 años a muy poquitos días. La celebración fue una bonita ocasión para que nos juntáramos los grupos de habla inglesa y española. Para comer disfrutamos de dos sabrosas paellas, una vegetariana y otra mixta, pero lo mejor de la velada tuvo lugar poco antes de la comida: una "especial" reunión de NA con tres oradores de excepción, Paul, Ben y Sandy, los tres compañeros que iniciaron esta fascinante aventura, aquí, en la isla de Ibiza hace ya 30 años, las tres primeras personas que se reunieron con la intención de recuperarse y mejorar sus vidas utilizando para ello el programa de NA.

Aunque compartieron las múltiples dificultades, tanto individuales como grupales, que complicaron esos primeros días de NA en Ibiza, su manera de contarlo, tan divertida, no deja de ser un muy buen mensaje.

Imaginemos. Isla de Ibiza. 1986. Tres guiris, que apenas se conocen, que ya no pueden más con su deteriorado horizonte vital debido al consumo compulsivo de sustancias,

deciden convencerse entre ellos de que si se ayudan mutuamente quizás tengan UNA oportunidad. Y milagrosamente lo consiguen. Los tres tomaban drogas diferentes, venían de culturas y modos de vida muy diferentes, los tres eran prácticamente recién

llegados y no se fiaban mucho entre ellos pero... algo debió ocurrir en esas reuniones (que se celebraban en la casa de uno de ellos) porque semana tras semana se siguieron celebrando y lo más importante, seguían sin consumir.





El camino ha sido difícil pero también luminoso, a veces triste y otras veces profundamente alegre, y muchas veces simplemente bueno (que ya es bastante)



Narcóticos Anónimos IBIZA

¡30 Aniversario!

Las reuniones empezaron a celebrarse de manera continuada y estable y entonces, por fin, llegó el primer español, al que acogieron con los brazos abiertos.

Se lo debemos a esos tres maravillosos "locos", Paul, Ben y Sandy, que un día hace ya más de treinta años dieron un valeroso paso adelante. Y cuando atravesemos por dificultades estará bien recordar como empezaron a recuperarse casi sin apenas recursos.

No sabemos si el español llegó a asustarse ante tanto entusiasmo sospechoso por parte de personas que apenas le conocían. Quizás sí, es posible. Lo que sí sabemos es que siguió asistiendo y que fue un factor importante para que se empezara a sopesar la idea de abrir una reunión en español, cosa que poco después se consiguió. Desde entonces NA no ha parado de crecer en Ibiza, de una manera lenta pero constante, y desde este pequeño rincón del Mediterráneo hemos hecho lo posible por ayudar a que NA creciera en España: en Ibiza se celebró la primera CRENA en el año 90, y tres más posteriormente; fomentamos de manera decidida junto al área de Barcelona la creación de la Región Española y también del EDM, y el primer representante de la Región Española en el WSO pertenecía al Área Pitiusas. ¡Incluso se ha celebrado algún CSR en la isla!

También hemos conseguido abrir reuniones en la cárcel de la isla y actualmente contamos con 7 reuniones semanales repartidas por los municipios mas importantes de Ibiza, también una más en Formentera. Somos unas 50 personas adictas las que asistimos de manera regular a algunas de estas reuniones.

Ahora el área entra en la treintena de edad, para algunos el comienzo de la

madurez. Sabemos que el camino ha sido difícil pero también luminoso, a veces triste y otras veces profundamente alegre, y muchas veces simplemente bueno (que ya es bastante). En el presente nos sentimos muy vivos, muy agradecidos y plenamente conscientes del privilegio que es contar en esta isla tan pequeña y no muy poblada con una área tan sólida, tan firmemente enraizada en los principios y valores que guían nuestra confraternidad.

Y eso se lo debemos a esos tres maravillosos "locos", Paul, Ben y Sandy, que un día hace ya más de treinta años dieron un valeroso paso adelante. Y cuando atravesemos por dificultades estará bien recordar como empezaron a recuperarse casi sin apenas recursos (sin padrino, sin casi literatura) nuestros tres queridísimos compañeros y como treinta años después siguen con una vida muy activa y comprometida en NA siendo el más hermoso ejemplo de recuperación que pueda imaginarse. ●

Toni e Israel, área Pitiusas

EDM: Encuentro de Delegados Europeos
WSO: Servicios Mundiales
CSR: Comité de Servicio Regional
CRENA: Convención de la Región Española de Narcóticos Anónimos

En primer lugar, agradecer al comité organizador su invitación para hacer esta silla. También quiero dar las gracias a todas las personas que asisten a esta reunión abierta y en especial a nuestros familiares y amigos.

LA FUERZA DEL GRUPO.

BILBAO MARZO 2016.



Cuando Paco me habló del lema de esta reunión me dejó pensativo, no sabía qué decir. Se me ocurrió que, como tantas veces durante mi recuperación, lo mejor que podía hacer era pedir ayuda y así lo hice. Envié un whatsapp a mis compañeros y amigos de N.A. y les pedí que me ayudaran. Rápidamente varios de ellos me enviaron sus ideas y sugerencias al respecto. Comoquiera que me comprometí a leer sus aportaciones y a hacer que, aunque no estuvieran personalmente hoy con nosotros sí lo estarían sus ideas, paso a leer sus colaboraciones:

•NA es puro amor en acción. Es el Poder Superior manifestado a través de los compañeros en la reunión.

•El grupo me hace estar agradecido por identificarme con otros miembros.

•La soledad ya no está en mi vida ni física ni espiritualmente por haber encontrado a Dios.

•La fuerza del grupo se mantendrá siempre que compartamos todos libremente, desde el corazón y en presencia de Dios.

•La unión hace la fuerza. Solo no puedo, con vosotros sí.

•El grupo para mí es mi fuente de sabiduría.

•El grupo es la base donde me apoyo. Solo no puedo.

•Hoy en día es un pilar muy importante en mi recuperación, me sirve para recordarme de donde vengo y a donde puedo volver a llegar.

•La fuerza del grupo es como un equipo de fútbol. Si funcionan todas sus líneas, funciona el equipo.

•Es donde descubrí la esperanza de vivir.

•Cuando llega el lunes, sé que después llega el martes y hay reunión. En mi familia están bien porque yo estoy yendo a las reuniones. Gracias a ellas y al programa las cosas funcionan en mi vida.

•La fuerza del grupo me ha salvado la vida.

•La unidad es muy importante para garantizar la fuerza del grupo.

•Un padrino, junto a una hoguera, le ex-

plicaba a un ahijado lo que para él era la fuerza del grupo: Cogió un ascua, la separó del fuego y al poco tiempo ésta se apagó. Luego, volvió a echar el ascua en la hoguera y esta volvió a prender y a brillar con luz propia. Esa es la fuerza del grupo. Juntos podemos, solos no.

Como véis, las aportaciones y conclusiones que más se repiten son:

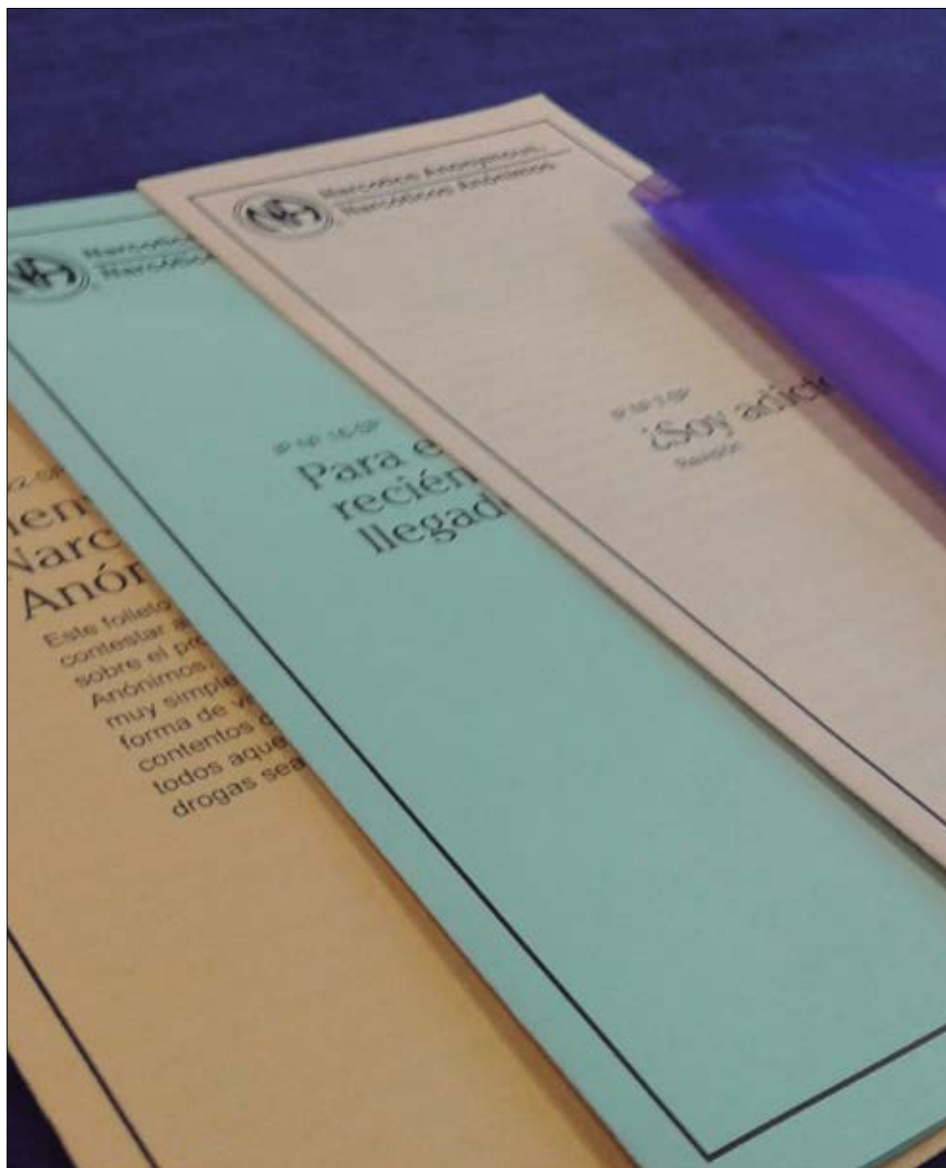
a.- La fuerza del grupo depende de su unidad.

b.- Juntos podemos, solos no.

a.- LA FUERZA DEL GRUPO DEPENDE DE SU UNIDAD.

Hay algunos conceptos en los que hemos de estar profundamente unidos en nuestra recuperación, porque de ellos depende nuestra supervivencia. Estos conceptos vitales que nos unen son:

1º.- Gratitud. Me encanta oír a los compañeros que dan las gracias a los demás por



Hay algunos conceptos en los que hemos de estar profundamente unidos en nuestra recuperación, porque de ellos depende nuestra supervivencia.

estar en la reunión. La gratitud es una actitud. Se dice que "adicto agradecido no consume". Si no fuera por mis compañeros, no tendría a dónde ir, ni encontraría un lugar en el que me escucharan, me comprenderían y en el que poder mostrarme tal y como soy.

2º.- "La mejor manera de conservar lo que tenemos es compartiéndolo con otros". Estoy muy agradecido por haber comprendido esta gran verdad desde el primer día en que llegué a N.A. Si quiero conservar esta nueva forma de vida llena de libertad, tengo que compartirlo y dárse-lo gratis a los otros.

3º.- La importancia de dar sobre la de recibir. Es la actitud con la que acudo a una reunión de N.A. lo que me hace seguir viniendo con alegría e ilusión. Hay compañeros que, según dicen, vienen a las reuniones a llevarse: lo siento, pero tengo que decirlo: son ladrones. Cuando uno viene solo a llevarse, llega un momento en el que

no se lleva nada, se aburre y deja de venir. Ya no le interesa escuchar a aquellos que conoce y las reuniones dejan de motivarle. La actitud que me hace seguir asistiendo es la de dar y no creo que esta actitud me convierta en un salvador, al contrario, me convierte en una señal de esperanza. Estoy convencido de que, gracias al dolor que hemos experimentado durante nuestra adicción activa y al que hemos ocasionado a los que más nos querían, el Poder Superior/Dios nos ha dado un don, el don de ayudar a otros adictos y de poder decirles que se puede estar un día limpio y ser feliz. Ese es nuestro gran tesoro, el don de AYUDAR.

4º.- Importancia de los nuevos, que quizás sean los que nos salvarán mañana. Cuando un recién llegado viene a nuestras reuniones, debe ser un día de fiesta. Otra vida que puede salvarse. Siempre trato de sentarme junto a él, acompañarle y de hacer de que se sienta lo más cómodo posible. Tengo que ser consciente de que, quizás en el futuro, puede ser ese recién llegado el

que me salve a mí. No es la primera vez que vemos a un compañero llegar con uno nuevo y que luego ese nuevo sea el que acompañe al compañero después de una recaída. Por eso sé que tengo que cuidar del recién Llegado, puede que mi vida esté en sus manos.

b.- JUNTOS PODEMOS, SOLOS NO.

Los fundadores del Programa de Doce Pasos, el mismo día que se conocieron, descubrieron que habían pasado horas sin consumir y sin la obsesión por hacerlo. Esa es la fuerza del grupo: Juntos podemos, porque al salir de nosotros mismos y de nuestro egocentrismo, nos recuperamos. En nuestras reuniones, a diario, se produce un milagro: un grupo de personas con problemas de adicción a las drogas se reúnen para ayudarse a mantenerse limpios y lo mejor de todo es que lo consiguen.

Muchas gracias a todos por esta oportunidad que me habéis dado y felices veinticuatro horas para todos.●

TESTIMONIO DE DIEGO



Soy un adicto en recuperación pero a veces se me olvida que soy un simple y sencillo habitante de este planeta. A veces reflexiono y me veo yendo demasiado rápido y sin llegar a ningún sitio. Me absorbe lo urgente y me olvido de lo importante: mi equilibrio proporcionado por principios espirituales que me aportan bienestar y que, si sigo esos principios espirituales del programa, es sumamente sencillo.

Estos días atrás, un enfrentamiento verbal con un compañero del grupo me dejó en medio del tortuoso movimiento del mar que es mi orgullo. Casi un mes sin asistir a ningún tipo de reuniones, me generó unos despertares con la sensación de resaca y un malestar interior como en los viejos tiempos, porque son viejos, tiempos de consumo. Todos los días trataba de hallar soluciones al problema fijándome en lo que no funcionaba en mi vida y no en lo que me iba bien. De-

diqué tiempo y esfuerzo inútil analizando a fondo una situación penosa y lo único que conseguía era reforzar el sentimiento de culpa y llegar a la conclusión de que todo es altamente problemático y difícil. De pronto, la solución estaba a mi alcance, de hecho había estado siempre cerca, muy cerca. Pedí perdón al compañero en la reunión a la que asistí después de mi ausencia. Simple ¿no?. Pero sin una gran dosis de humildad no hubiera sido posible. Pero es que la espiritualidad es algo práctico a pesar de su intangibilidad y si no soy coherente con mis creencias, todo, TODO, se va al garete.

Pensar que no puedo sufrir porque ya no consumo es una "milonga". No recuerdo haber pasado una temporada así de inquieto y extraviado en mucho tiempo. Quizá en mis primeros meses pero como desaparecí en dos ocasiones y recaí, entiendo que no había ajustado mi vida al nuevo camino que me ofrecía Narcóticos Anónimos.

Vivir espiritualmente tiene que ver con re-

La solución estaba a mi alcance, de hecho había estado siempre cerca, muy cerca. Pedí perdón al compañero en la reunión a la que asistí después de mi ausencia. Simple ¿no?

conocer que puedo seguir creciendo. Me he equivocado pero no he consumido y ahora renuevo mi compromiso y mis ganas de seguir viviendo feliz y recuperar mi equilibrio espiritual junto a mis compañeros de N.A.●

UN ABRAZO Y GRACIAS A TODOS.

UN ADICTO (QUE NO SABE DIBUJAR)

Hola, soy adicto, me llamo Pedro y pertenezco al grupo "Creceer" (El Fraile). Yo, como muchos adictos, no conocí N.A hasta que no llegué a tocar FONDO.

Los conocí en una información Pública que hicieron en el comedor social "La buena estrella", al que yo acudía como usuario desde hacía unos meses. Fueron las coordinadoras del mismo, Solange y Laura, las que me animaron a quedarme, cosa de la que me alegro, porque me armé de valor y acudí a mi primera reunión en uno de los locales donde se reú-

ne el grupo. Esto fue el 14 de diciembre de 2015. Hoy con orgullo digo que llevo limpio 108 días (3 meses y 18 días). En este tiempo he hecho un dibujo para el grupo "Creceer" en el cual explico la enfermedad, el solo por hoy, la recuperación, los doce pasos, las doce tradiciones, la vigilancia de cada paso, los pajaritos de la enfermedad que nos vienen a comer la cabeza y el Poder Superior que nos da fuerzas para seguir limpios y serenos.●

**Dedicado al grupo "Creceer"
Atentamente:
Tenerife sur, Arona. Abril 2016**



NUESTROS TALLERES

CANARIAS

CONSTRUYENDO GRUPOS FUERTES



El Viernes 8 de abril celebramos en Las Palmas un taller con motivo del 14 aniversario de Narcóticos Anónimos en Canarias.

Contamos con la asistencia de cerca de 30 miembros, de los cuales tres estaban presentes en la primera reunión de N.A en la isla de Gran Canaria. Fueron 90 minutos de taller seguido de una merienda financiada por donaciones de los grupos de Las Palmas.

La acogida fue muy buena y se planea celebrar otro taller pronto donde se espera puedan asistir también compañeros de las otras islas Canarias.

Un abrazo!..●

BORNOS, CÁDIZ

LAS DOCE TRADICIONES Y LOS DOCE CONCEPTOS DE SERVICIO

El día 9 de abril de 2016 celebramos en la localidad de Bornos, provincia de Cádiz el XIII Taller conjunto de Narcóticos Anónimos, organizado por las áreas hermanas del Campo de Gibraltar, Penibética y Área Sur. En esta ocasión asistieron al evento un total de 89 participantes.

Este Taller se encuadra en un proyecto del Área del Sur, que abarca un ciclo de cuatro años, en los que estamos estudiando las Doce Tradiciones y los Doce Conceptos de Servicio de Narcóticos Anónimos.

Este año el taller estuvo estructurado en dos partes, una de ellas dedicada al estudio de la cuarta, quinta y sexta Tradiciones y la otra parte al cuarto, quinto y sexto Conceptos de servicio.

Este evento, como en años anteriores ha sido un éxito. En esta edición ha aumentado notablemente la participación y el compañerismo y el ambiente de recuperación durante el mismo han sido excelentes.

Desde este foro que constituye la revista española de Narcóticos Anónimos queremos dar las gracias a todos los que con su trabajo, con su presencia y con su ilusión han hecho posible nuevamente este Taller. Asimismo y desde ahora, les emplazamos al XIV Taller de Tradiciones y Conceptos de Servicio.

9 de abril de 2.016.

EL COORDINADOR.●

SANTIAGO, GALICIA

TALLER DE SERVICIO



El pasado 14 de febrero se celebró en Santiago de Compostela, en el hotel "Congreso", las 1ª Jornadas de Servicio del Área de Galicia a las que asistieron 15 miembros.

Se dieron dos talleres, en horario de mañana y tarde: "El Padrinazgo" y "El recién llegado". Entre los dos talleres disfrutamos de una comida financiada por el Área de Galicia.

La intención es repetir este evento en años sucesivos, pues resultó ser una experiencia enriquecedora y muy amena en la que se disfrutó de un gran compañerismo.●

SI ELLOS HABÍAN PODIDO, ¿POR QUÉ YO NO?

Yo llevo casi dos años en NA, voy habitualmente a las reuniones, escribo los pasos, hago servicio y hablo diariamente con mi padrino. Podría decirse que soy un ahijado obediente, ya que hago todo lo que se me dice.



A pesar de esto soy impotente ante la vida, la cual se me hace totalmente ingobernable; sufro hasta límites insospechados con cada cosa que me sucede en el día a día, con cada idea que se me pasa por mi mente.

Con este sufrimiento me dirigí a hacia la convivencia, pero también con mucha alegría debido a que, por fin, después de un año de duro trabajo por parte de nuestro grupo de Bilbao, llegaba el fin de semana esperado y deseado.

En la convivencia, principalmente, buscaba aprender. En las reuniones, con cada compartir, con cada identificación, sentía que algo se estaba llenando dentro de mí, empezaba a llenarse ese vacío oscuro, doloroso e incómodo que siento a diario en la boca del estómago. Ese vacío se iba transformando, poco a poco, en calma.

Disfrutaba mucho escuchando a veteranos de la recuperación, gente que parece que no se ha fumado en su vida ni siquiera un cigarrillo, personas adultas, con una recuperación espectacular, dignas, serenas, en paz.

A medida que las iba escuchando, a esa pequeña calma que había conseguido, se le fueron uniendo otras sensaciones "raras", como paz, serenidad; de repente noté que esa ansiedad que me acompaña a todas partes se había diluido, no sé cómo, y mi corazón esbozó una sonrisa inmensa al sentirse libre de esa cárcel diariamente repleta de preocupaciones y problemas. Incluso mis obsesiones ya no estaban ahí, todo estaba bien por momentos.

Estos veteranos compartían que una vez estuvieron igual o más perdidos que yo en la vida, que sufrieron igual que yo, y que incluso a veces seguían sufriendo como yo. Entonces una palabra que la oigo a menudo recaló fuertemente en mí, sintiéndola en toda su acepción y con mucha intensidad, ESPERANZA.

Pensé que si ellos habían podido, ¿por qué yo no?; respiré profundamente, sintiendo un enorme alivio.

Yo seguiré confiando en este programa porque ahora sí estoy empezando a aprender lo que es vivir de verdad, y veo que si sigo creciendo como lo estoy haciendo hasta ahora, el programa me ofrece la po-

sibilidad de disfrutar de una vida plena. En cierto modo, sentir a la larga lo que las drogas me daban en el instante.

Estoy muy agradecido a todos mis compañeros del grupo, y a todos los asistentes a la convivencia, porque todos estos pensamientos y sentimientos nunca habrían visto la luz sin vuestra ayuda. Me enseñáis muchísimo a diario.

Feliz 24h



Lo más destacado es la imagen que proyecta ante a quienes nos presentemos; es un verdadero sello de garantía para todo aquel que no nos conozca. Y, como dice el Art. 31 de la Ley de Asociaciones, la Administración pública facilitará los medios para el desarrollo de los fines de asociaciones como la nuestra.

BENEFICIOS DE LA DECLARACION DE UTILIDAD PÚBLICA

Conforme a la legislación vigente, las asociaciones declaradas de utilidad pública tienen los siguientes derechos:

- Usar la mención "Declarada de Utilidad Pública" en toda clase de documentos, a continuación de su denominación. La mención "declarada de utilidad pública" a continuación de la denominación de la asociación constituye la mejor garantía de su importancia y seriedad, además de ser un "sello de garantía" que, de algún modo, avala vuestro buen hacer.

- Disfrutar de las exenciones y beneficios fiscales. Son temas técnicos que ya está llevando nuestro asesor pero que afectan considerablemente a nuestras cuentas debido a la especial esencia de nuestra asociación.

- Disfrutar de beneficios económicos que las leyes establezcan a favor de las mismas. Tampoco afecta en exceso por el motivo anterior.

- Asistencia jurídica gratuita en los términos previstos en la legislación específica. No nos afecta pues hay que cumplir el requisito de no facturar más del triple del salario mínimo.

Además, los establecidos por las Comunidades Autónomas a las asociaciones que principalmente desarrollen sus funciones en su ámbito territorial, conforme al procedimiento que las propias Comunidades Autónomas determinen y con respeto a su propio ámbito de competencias.

La Ley Orgánica 1/2002 reguladora del derecho de asociación establece en su Artículo

31 las siguientes medidas de fomento:

1. Las Administraciones públicas, en el ámbito de sus respectivas competencias, promoverán y facilitarán el desarrollo de las asociaciones y federaciones, confederaciones y uniones que persigan finalidades de interés general, respetando siempre la libertad y autonomía frente a los poderes públicos. Asimismo, las Administraciones públicas ofrecerán la colaboración necesaria a las personas que pretendan emprender cualquier proyecto asociativo.

2. La Administración General del Estado, en el ámbito de su competencia, fomentará el establecimiento de mecanismos de asistencia, servicios de información y campañas de divulgación y reconocimiento de las actividades de las asociaciones que persigan objetivos de interés general.

3. Las asociaciones que persigan objetivos de interés general podrán disfrutar, en los términos y con el alcance que establezcan el

Ministerio o Ministerios competentes, de ayudas y subvenciones atendiendo a actividades asociativas concretas.

Como veis, poco más allá hemos podido encontrar de lo que establece la legislación. Lo más destacado es la imagen que proyecta ante a quienes nos presentemos; es un verdadero sello de garantía para todo aquel que no nos conozca. Y, como dice el Art. 31 de la Ley de Asociaciones, la Administración pública facilitará los medios para el desarrollo de los fines de asociaciones como la nuestra.

Luego es labor de nuestros servidores el saber buscar y utilizar estas ventajas con las diferentes empresas privadas, públicas, organizaciones, instituciones, etc...

A modo de ejemplos y sirva este como propuesta al Tesorero, La Caixa tiene una fundación de labor social que en algún momento nos ofreció una subvención que lógicamente no pudimos aceptar. Sin embargo, sí podríamos solicitar un tratamiento beneficioso en las comisiones bancarias para todas nuestras cuentas.

Pero también podemos indagar en los medios de comunicación si destinan espacios gratuitos para asociaciones sin ánimo de lucro (en periódicos, radio, televisión, internet...)

Quedamos a vuestra disposición para cualquier cuestión que os pueda surgir y podamos aclarar.

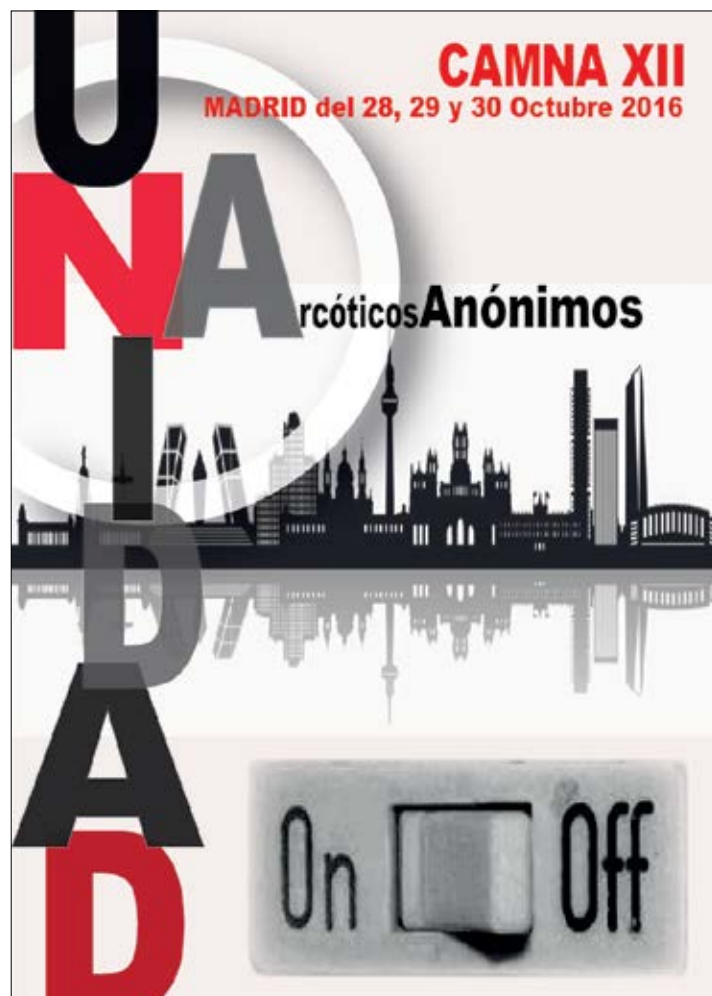
**Abrazos fraternales,
Vuestros DR y Secretario.**



Queridos compañeros de Narcóticos Anónimos, un año más el AREA DE MADRID tiene el gusto de invitaros a su Convivencia que tendrá lugar los próximos días 28. 29 y 30 de Octubre.

CONVIVENCIA NARCÓTICOS ANÓNIMOS DEL ÁREA DE MADRID, 2016

**28, 29 Y 30
DE OCTUBRE**



Este año la Convivencia se celebrará en el HOTEL AIDA (www.hotelaida.com), en la localidad de Torrejón de Ardoz, situado a pocos kilómetros de la capital y bien comunicado con esta, donde os esperamos para celebrar bajo el lema que hemos elegido y que este año se centra en LA UNIDAD de la confraternidad.

Las inscripciones que se realicen entre el 1 de mayo y el 1 de octubre tendrán un precio de:

- 120 Euros por persona en habitación doble
- 150 Euros por persona en habitación individual (plazas limitadas)
- 100 Euros familiares (en habitación doble), pensión completa
- 15% Los niños entre 2/12 años

Las inscripciones que se realicen a partir del 1 de octubre tendrán un precio de

- 125 Euros por persona en habitación doble
- 155 Euros por persona en habitación individual
- 105 Euros familiares
- 15% Los niños entre 2/12 años

Todos estos precios incluyen pensión completa en régimen de BUFFET

La venta se realizará hasta completar el número de habitaciones.

Ponemos a vuestra disposición el número de cuenta de NARCÓTICOS ANÓNIMOS ES48 - 2100 - 0600 - 81 - 0202343440 para que podáis realizar vuestras inscripciones.

IMPORTANTE:

Indicar en la transferencia nombre y teléfono de contacto para que los servidores de Alojamiento se puedan poner en contacto con vosotros y facilitar las reservas y las personas con quienes queréis compartir la habitación.

Teléfonos de contacto Servidores:

COORDINADORES:

Patricia: 639 693 441
Ángel: 681 255 469 (Alternativo)
Irene: 637 303 841 (Alternativo)

ALOJAMIENTO, TRANSPORTES Y BIENVENIDA:

MONTXO: 644 576 819 (a partir de las 19,00 h)

TESORERIA: Gerry: 625297859

OS ESPERAMOS

CONVIVENCIAS BARCELONA 2016. Compañeros de NA, un año más os queremos invitar a nuestras convivencias, para disfrutar y compartir nuestro camino.

CAMINA Y SIENTE TUS PASOS CONVIVENCIAS BARCELONA 2016



23, 24 Y 25 DE SEPTIEMBRE

Las convivencias se celebrarán los días **23, 24 y 25 de septiembre** y por primera vez se harán en **Blanes (Costa Brava), en el Hotel Esplendid*****. Si queréis más información sobre el hotel y sus instalaciones podéis visitar la página:

www.hotelesplendid.es

Dirección: Avinguda del Mediterrani 17, CP 17300 Blanes (Costa Brava). Telf 972 33 65 61



Las inscripciones ya están abiertas y finalizarán el 9 de septiembre. El pago se realizará en el siguiente número de cuenta de LaCaixa: 2100 1394 24 0200134138.

Se puede fraccionar el pago (poner el nombre en cada pago).
INSCRIPCIÓN ANTICIPADA:

ADICTOS:	
Habitación doble	90€
Habitación individual	120€
FAMILIARES:	
Adultos	70€
Niños menores de 12 años	35€
Niños menores de 2 años no pagan	
Inscripción in situ	100€
Inscripción sin alojamiento y comidas	10€

Coordinador: Pedro 655 22 52 57
Alojamiento: Mónica 695 1 0 38 29
Correo electrónico: convis2016@narcoticosanonimos.es
Tesorería: Ricard 690 76 30 32
Comunicaciones: David 697 92 88 13

DIARIO DE DECISIONES

DEL COMITÉ DE SERVICIO REGIONAL

DIARIO DE DECISIONES MADRID 15, 16 y 17 DE ENERO DE 2016

1.- LECTURA Y APROBACION DEL ACTA ANTERIOR

- Se lee el diario de decisiones y se aprueba.
- Se lee el acta de la reunión de Skype y se aprueba.

2.- DR

- Se aprueba una previsión de gastos para 2016 del DR y alterno por importe total de 7.850 €.

3.- SECRETARÍA

4.-LINEA TELEFÓNICA

- Se aprueba la compra de un nuevo terminal móvil.
- Se aprueba que durante las vacaciones del Servidor, le sustituya su adjunto recién elegido.

5.- TESORERÍA

- Se aprueba el presupuesto para el ejercicio de 2016

6.- TRADUCCIONES

7.- PAGINA WEB

8.- C+D

9.- LITERATURA

10.- H & I

11.- ÁREAS

- Barcelona: SE DECIDE que el DR va a pedir información sobre la propuesta de autorizar la literatura traducida al catalán y lo traerá al próximo CSR. El área de Barcelona le informará de que literatura en concreto piden.

- Madrid: Ante la propuesta de creación de literatura específica sobre comportamientos sexuales inadecuados entre personas adictas pertenecientes a NA, se decide que el DR lo lleve al EDM para llevarlo a la Conferencia Mundial.

Ante la propuesta para un encuentro nacional de mujeres en recu-

peración (EMNA) organizado por la región Española (CSR), se decide que se lleve a las áreas y se trate en el próximo CSR.

- Pitiusas: Piden que se haga en el CSR una reflexión acerca de cómo está funcionando el servicio de Literatura. SE DECIDE que el coordinador hablará con el servidor de literatura para exponerle las quejas.

Proponen talleres distintos en cada área basados en los folletos que se proponen en la encuesta. Las conclusiones de cada taller subirlas a un banco de datos que a través de la página web esté al alcance de cualquier compañero/a. SE DECIDE que se va a trabajar en ello, especialmente en la recopilación de datos en Dropbox. Se ocupan DR adjunto y Secretario.

- Sur: El DR trasladará al EDM y a la OSM la queja sobre la calidad del encuadernado de algunos libros de nuestra literatura ya que se despegan al poco tiempo de ser usados.

Presentan una propuesta para que se realice una revisión de género en la traducción al castellano del nuevo libro de Tradiciones para que dicha traducción contenga un lenguaje en el que ambos géneros estén representados y sientan una plena identificación. SE APRUEBA que el DR lo lleve a la Conferencia de Servicios Mundiales (CSM).

12.- MODIFICACIÓN PAUTAS

• EN PAUTAS GENERALES:

- pauta 5º.11.-, del apartado V.- DESARROLLO DE LAS REUNIONES, que hace referencia al alojamiento de los/as servidores/as del CSR; SE DECIDE dejar la pauta igual con el cambio del párrafo "Las habitaciones serán individuales o dobles" por "...serán habitaciones dobles y en casos excepcionales individuales".

-Pauta 3º.6.- Junta Directiva: que los cargos de Secretaría y Presidencia de la Junta Directiva coincidan con los de Servicios de Secretaría y DR del CSR y serán renovados cada 4 años. Para hacer coincidir el cambio de estos servicios, la actual Secretaría del CSR permanecerá en el servicio durante 18 meses de manera que la nueva secretaria entre en su servicio a la vez que el DR adjunto.

13.- ASUNTOS LEGALES Y ADMTVS.

- SE DECIDE prorrogar un año más con la asesoría.

14.- ASUNTOS PENDIENTES Y TEMAS NUEVOS

- TALLERES DE SERVICIO EUROPEO: El área Penibética presenta su candidatura para llevar al próximo EDM. SE DECIDE apoyar la candidatura.

- LIBRO SOBRE NA ESPAÑA: Barcelona propone que se plasme en el libro información solo sobre la primera convivencia de cada área. SE APRUEBA LA PROPUESTA.

SE DECIDE que no queremos que solo sea de datos sino que queremos darle una visión más personal y humana por lo que también tendríamos que recoger experiencias personales de compañeras/os. Proponen hacer algún tipo de PowerPoint o video que posteriormente pueda ser utilizada como herramienta de presentación en actuaciones de RR.PP. así como que todo este material, aunque no sea utilizado en la impresión del libro, quede guardado como archivo digital de Na. SE APRUEBA LA PROPUESTA.

- SOLICITUD DE CABINAS DE TRADUCCIONES PARA ECCNA PARIS 2016: Se trata el tema y SE DECIDE solicitar la cabina. El DR gestionará la solicitud.

- CAMBIO DE CAJETÍN: Se trata el asunto SE DECIDE que se debe cumplir lo que se decidió de que el cajetín debe estar donde vive el titular. Se le pedirá al servidor que lo realice y exponga que ayuda necesita que se le preste.

- PLANTILLA ENCUESTA LITERATURA: Se decide que el MCR de Madrid llamará a línea telefónica explicándole los fallos que tiene, para que los arregle y envíe el definitivo. Se llevará a la próxima reunión de skype.

- MANUAL DE H & I: SE APRUEBAN los documentos originales traducidos pudiendo los MCRS presentar propuestas o modificaciones al mismo.

- CREACIÓN COMITÉ ASUNTOS UTILIDAD PÚBLICA, DOSSIER: Se decide que el Secretario y el DR hablarán con el asesor y prepararán un informe sobre el asunto. Se presentará en el próximo CSR.

- GRUPOS DE WHATSAPP: SE DECIDE seguir reflexionando sobre el asunto y ver cómo va evolucionando este grupo; asimismo se les comunicará, por medio de C+D esta decisión y que nos presenten una propuesta clara y detallada de cómo quieren formar parte de la estructura de NA España.

15.- CRENA

- Se aprueba liberar 500 € más de préstamo de la Tesorería de la Región para reservar de 25 ó 30 habitaciones en otro hotel; también piden el ordenador y proyector de C+D.

16.- ELECCION DE SERVIDORES

• Se presenta José del A. Penibética para alerno de Línea Telefónica de la Región: Sale elegido.

• Se presenta David del A. Barcelona para titular de RR PP de la Región: Sale elegido.

• Se presenta Pedro C. del A. Barcelona para alerno de RR PP de la Región: Sale elegido.

• Se ratifica a la compañera Marta como titular de coordinación de revista.

17.- CSR

La primera reunión del CSR por Internet tendrá lugar el 9 de Abril a las 20 horas.

La segunda reunión por internet del CSR será el 24 de Septiembre a las 20 horas.

Se decide una reunión de internet extraordinaria para tratar las mociones presentadas por el DR el día 27 de Febrero de 2016.

El próximo CSR presencial tendrá lugar en Madrid los días 10, 11 y 12 de Junio de 2016.

Las reuniones por internet serán de una hora prorrogable a una hora y media, en sábado y comenzando a las 20 horas.

El CSR ha tenido unos gastos totales 5.415,47 euros, de las cuales el CSR paga 1.476,94 euros, y la iguala de la Áreas ha salido a 492,31 euros.

18.- REVISTA

- Se decide que la maqueta se le encargue de momento a Eduardo, pagándole los honorarios profesionales que le comunicó a la servidora, que son 140 € por revista

- SE DECIDE que los/as MCRs comuniquen en sus áreas y figure en el acta, que el comité de redacción está en funciones y pueden presentarse candidatos/as para el mismo.

- SE DECIDE asimismo que la actual alterna de revista pase a ser titular pues solo le faltan seis meses para cumplir los cinco años de limpieza que se sugiere en las pautas.



**TOMA MI VOLUNTAD
Y MI VIDA
GUÍAME
EN MI RECUPERACIÓN
Y ENSÉÑAME
A VIVIR**

www.narcoticosanonimos.es

902114147

**TU PUEDES COLABORAR EN LA REVISTA.
ANÍMATE Y MÁNDANOS TUS TEXTOS**

Ayúdanos a llevar el mensaje de NA. Es muy fácil.

Redacta tus textos y comparte con todos los compañeros de NA tus experiencias, impresiones, las sensaciones de esa reunión... y envíanos un email a el correo: revista@narcoticosanonimos.es. Tu compartir es muy importante. La revista la hacemos entre todos, y sólo podemos conservar lo que tenemos en la medida en que lo compartimos con otras personas. ¡Tu mensaje llegará muy lejos!

revista@narcoticosanonimos.es

*Anímate
a escribir...*

