

Historias para la próxima edición deben ser presentados por 31 de Mayo 2010

Coordinador: Russel P. 785-383-2257 Coordinador Suplente: Abierto
Tesorero: Janet W. 785-827-8635 R.D.: Tim S. 785-819-4806
R.D. Alt: Misty K. 785-819-6482 Secratario: Michelle C. 785-783-2061

Reunión del Comité Regional de Mid America de Servicio de Narcóticos Anónimos
En el Centro de Aprendizaje en Kansas Haysville
la dirección es de 150 Steward Calle

Reuniones de los Subcomités
9:am- 11:am

Sábado 15 de Mayo
Campamento y la Convención

11:am- 1:pm

La Información Pública y Actividades
/Alma y Alma

1:pm-2:pm

La Hora Del Almuerzo

2:pm- 4:pm

Alcance Fuera y Comisión Directiva

4:pm- 6:pm

Literatura y Hospitales e Instituciones

7:pm- 8:30pm

Reunión de Orador

8:30pm- 11:pm

Habra Musica Baile, una Rifa un Subasta
3 Dólares por Persona 5 por Pareja
Ningún Adicto Sera Negado

Recaudación de Fondos de Información Pública

Necesito subasta y sorteo artículos de Narcóticos Anónimos

Reunión del Comité Regional **Domingo 16 de Mayo**
Negocios en General, las Propuestas y Solicitud de Fondos
Reunión Empieza a las 8:am y Termina Cuando se Hace

Sólo Por Hoy



Volumen 28
El Tema 1

PO Box 8732
wichita, ks. 67202
suzie.q.e@gmail.com

La
Primavera 2010

“¿Cual es nuestro mensaje? El mensaje es que un adicto -cualquier adicto- puede dejar de consumir drogas, perder el deseo de consumirlas y descubrir una nueva forma de vida.” Texto Básico, página 79



Sólo Por Hoy

Por Byron G.

Hoy cumplí 4 meses en NA, ha sido un viaje difícil, no por el hecho de no consumir, eso ha sido la parte fácil, la parte difícil es pensar y sentir, tenía 3 años de no estar limpio tanto tiempo, y al enfrentar la vida de nuevo, han salido a relucir todos mis defectos de carácter, mi falta de paciencia y de sabiduría, no es que no me esfuerce, pero muchas veces me comporto como ese quinceañero eterno que se negó a crecer para no aceptar la responsabilidad de nada. No he trabajado mis pasos, y aunque compre el libro azul, no he leído una página (y para ser honesto no tengo deseos ni planes de hacerlo) y los frutos de tal actitud no se han hecho esperar; me cuesta levantarme por las mañanas y acostarme por las noches, la soledad me consume, mi familia y mi ex-pareja no me aguantan, me tratan con indiferencia y aprovechan cualquier error que cometo para llamarme drogadicto, paniqueado, etc., cuento ya con problemas serios con algunos compañeros del grupo, pero bueno, por lo menos hoy no consumí y estoy consciente de que la mala situación de mi vida, es culpa de mi mala cabeza y no de alguien más, y los problemas, gracias a mi Poder Superior los tengo en NA y no en el punto. No sé donde comienza tu día, pero el mío comienza al iniciar la sesión de NA, en este cuartoito tengo la oportunidad de recargar baterías, allí puedo hablar de mis problemas con personas que me entienden, es el único lugar donde digo que soy un adicto y me dicen bienvenido, allí puedo llorar como un niño por lo que como hombre no pude manejar y valorar, también puedo reírme un poco de mí y al final salir con la fe renovada para las siguientes 24 horas, no pareciera mucho, pero es mejor que la salida cobarde y rápida que brinda el consumo. NA me está enseñando a vivir de nuevo, pero es una escuela dura, en NA te dicen que se aprende por obediencia o por experiencia, siendo una persona

conflictiva, la experiencia ha sido la regla, y los compas que no son mi familia, ni mis amigos (o tal vez sí?), ni mi novia, no dudan en hacerme ver mis errores de una forma directa, sin medias tintas, lo cual ha sido difícil de manejar, pues como buen adicto, me cuesta aceptar la responsabilidad de mis actos.

Total, contando mis pérdidas y ganancias, el saldo es positivo y si este es el comienzo de este difícil camino, de 24 en 24, lograre tener éxito en mi vida y ser alguien útil y positivo en la vida de todos los que me rodean.

BOLETÍN FEBRERO 2009 Narcóticos Anónimos Región Guatemala

.....

¿Más allá del aburrimiento?

Más allá del aburrimiento ¿Ser responsable y productivo significa que tengo que ser aburrido? ¡No! Me llamo Andrés, soy adicto y llevo quince años limpio. Al principio de mi recuperación, cuando leí estas líneas del Texto Básico por primera vez, me sentí muy contento: «... cuanto antes el adicto pudiera enfrentarse a su problema en la vida cotidiana, tanto más rápidamente pasaría a ser una persona realmente productiva». (Narcóticos Anónimos, página 103). Quería de verdad convertirme en un miembro productivo de la sociedad. Antes de llegar a NA, era responsable de mis resultados en la escuela, mi formación vocacional y la universidad. Desgraciadamente, en los estudios siempre fui mediocre, rendía lo suficiente para aprobar apenas los exámenes y pasar de curso. No sabía cómo hacerlo mejor ni por qué unas veces tenía buenas notas y otras no. Deseaba tener buenas notas porque creía que mi madre me quería sólo si sacaba buenas notas. Por lo tanto, mi autoestima era mis notas: mala.

La Región de Mid América de Narcóticos Anónimos 32a Anual Gratis Campamento



El Oeste de Salina en Autopista 70
Para mas información llamado
Suzie E. (316)361-0300

Alrededor de la Región

Bienvenidos a la Región de Mid América de Narcóticos Anónimos. Este es el primero boletín informativo en Español! Este boletín informativo esta lleno de historias personales. Si quieres compartir tu historia personal con el Región, envíalo en escrito a P.O. Box 8732, Wichita, Ks.67202. Estamos buscando historias de experiencia, fuerza y esperanzas de su recuperación.

O usted puede presentar su historia personalmente a 915 N. Broadway en Wichita Kansas los Domingos a las 5:30pm en la junta de Narcóticos Anónimos, "Hispanos En NA".

Es un honor poder llegar a la comunidad en esta boletín informativo.

En esta sección esta reservado para comunicaciones del los ocho áreas del la Región. Las ocho áreas incluye: "Central Kansas", "Fellowship For Freedom", "Just For Today", "Miracle", "Primary Purpose", "Unity", "Western" y "Wichita Metro" áreas.

Pero este sientio el primero comunicación Español, yo pense usar este versión como un introducción a nuestro Región.

La Región de Mid América de Narcóticos Anónimos incluye Kansas, y unas partes de Oklahoma y Colorado.

En el libro, 'Guía del Grupo', les explica cómo funciona los grupos del área y región juntos.

Si usted esta interesado en comenzando una junta de Narcóticos Anónimos en Español comunicate con el editor del boletín o na.org.

Hay tantas cosas que podemos enseñar a los demás en Narcóticos Anónimos. Hay más en el programa de Narcóticos Anónimos, luego no consumir drogas. Involucrarse con el servicio tiene más recompensas y bendición, entonces usted pueda imaginar.

Hey muchos actividades en la Región. La Vigésima Séptima Anual MARCNA. El comité de convención regional de Mid América de Narcóticos Anónimos va estar en el Highland Hotel en la ciudad de Great Bend en el estado de Kansas. Las fechas son el 26 al 28 de Marzo del 2010. Son 20 dolares para registrar y ningún adicto sera negado.

La Región de Mid America de Narcóticos Anónimos 32a Anual Gratis Campamento va estar en el parque Lucas en el Lago de Wilson. Las fechas son el 2 al 5 de Julio del 2010. El 11 Aniversario del Último Oportunidad Campamento. Empiesa el 25 de Junio hasta el 27 de Junio del 2010 en el Lago Clinton en el ciudad de Clinton de Kansas.

Fellowship for Freedom NA presenta 'Saltar en Recuperación'. Comienca el 3 de Abril y habra musica, baile, comida, una rifa un subasta. A la seis de la tarde habra una orador especial que se llama Scott K. de Manhattan. Se junta en Forrest Park, Topeka.

Para mas información para qual quier evento vista www.marscna.net y clic en los eventos.

Los meses de junio, Julio y Agosto tendra muchos campamentos y oportunidades de compañerismo.

Me gustaría que este boletín de noticias para ayudar a llevar el mensaje de recuperación de Narcóticos Anónimos a todos los adictos de todos los orígenes.

Este es su boletín necesitamos tus historias. Por favor envíenos sus historias sin ti no habrá boletín, sin ti no habrá Narcotico's Anónimos. Gracias por tomarse el tiempo para leer este boletín.

Suzie Estrada- Editor Boletín Informativo.

¿Más allá del aburrimiento?

En los deportes me iba bien y en casa trataba de ayudar con las tareas, pero todo esto no me compensaba el hecho de no poder cumplir con mi deber principal: estudiar. Por lo tanto, siempre me sentía un perdedor, y tenía miedo de volver a fracasar en el futuro porque no sabía hacerlo de otra manera. En un momento dado, dejé de estudiar para no tener que seguir enfrentándome al fracaso. Ir a trabajar y llevar un poco de dinero a casa me dio cierta sensación de satisfacción durante un tiempo. Pero tampoco me satisfacía ser un trabajador sin ningún tipo de especialización. Aún tenía esa necesidad de seguir estudiando, así que volví a la escuela. Para mí, los dos síntomas fundamentales de tocar fondo con las drogas fueron que ya no era capaz de memorizar nada y que la gente me daba un miedo terrible. Naturalmente, la consecuencia fue que me resultó imposible no sólo ir a la universidad sino incluso hasta hacer el trabajo más sencillo. Gracias a la experiencia, fortaleza y esperanza que encontré en NA, pude empezar mi vida de nuevo. Decidí no aceptar ningún trabajo que no tuviera que ver con lo que mí me gustaba como profesión. Me di cuenta de que, además de dinero, también quería recibir cierto reconocimiento por mi trabajo. Me gustaba la idea de que mi profesión tuviera que ver con la excitación del ambiente de la publicidad. Como no cambié de la noche a la mañana, perdi varios trabajos durante los primeros cuatro años de recuperación y, de vez cuando, hasta tuve que trabajar en cosas que no tenían nada que 8 ver con me profesión. Pero me las arreglé para acabar la universidad y finalmente encontrar un trabajo como el que quería. Era «un miembro responsable y productivo de la sociedad» y me sentía estupendamente. El dinero que ganaba me hacía sentir muy bien. El reconocimiento de mis jefes me hacía sentir muy bien y el coche

de la empresa y los extras adicionales hacían que tuviera una buena apariencia. Todo eso me levantaba el ánimo. Por primera vez en mi vida podía cumplir con las tareas que me daban de una manera fiable y me iba bien. Subió mi autoestima. Me sentía atractivo. De pronto las chicas empezaban a mirarme. Ganaba más dinero del que necesitaba y las chicas me buscaban. ¿Suena aburrido todo esto? De acuerdo, aceptabilidad social no equivale a recuperación, pero gracias a Dios uno no excluye la otra. Desde hace unos años que me vida va bien y a menudo me siento cómodo con los retos cotidianos de la vida. Como he logrado la mayoría de mis metas y mi recuperación también ha madurado, mi autoestima ya no depende tanto de las cosas exteriores. Las principales ambiciones de mi pasado —sexo y dinero— empiezan a retroceder. Me gusta mi independencia interior. Por otro lado, me siento un poco desorientado. ¡Qué cambios! Muchas veces me he preguntado en los últimos años: «¿Y ahora adónde tengo que ir?» Y también he recibido una respuesta. Como una visión fugaz, como si un avión pasara por el cielo desplegando un anuncio que dijera: «¡Ayuda a otra gente!» Era algo estaba más allá de mi experiencia. Puedo ser solidario, pero sólo si saco algo a cambio. He hecho un montón de trabajo de servicio, pero sobre todo para fortalecer mi autoestima y mi sensación de pertenencia. Parece que el resultado de nuestro programa no es una opción que elegir, sino que más bien una consecuencia que tiene sentido. Estoy sorprendido. Mi idea de la buena vida siempre había sido tener veinticuatro horas de fiesta, todo los días. Ahora parece que también es la auténtica posibilidad de tenderle la mano a los demás. Personalmente, nunca he sido muy rápido para buscar ideas nuevas.

Pero mi Poder Superior, con su inmenso humor, no ha tardado en encontrarme algo. Por el origen de mi familia, hablo húngaro. Nuestra Oficina de Servicio Mundial había recibido pedidos de Hungría, así que empecé a participar en la comunicación. Me alegro de formar parte del desarrollo de NA en Hungría, y decidí visitar la segunda convención de NA húngara. Se celebró cerca de Pécs, al sur de Hungría, en agosto. Pocas veces tantos adictos me dejaron participar en su recuperación. Como es una comunidad de NA mucho más joven que mi región, me han hecho muchas preguntas sobre la recuperación personal y la estructura de servicio. Es una experiencia notable responder las mismas preguntas que hacía yo hace unos años. Salí de esta experiencia húngara con dos ahijados, después de haberme pasado casi diez años sin apadrinar a nadie... pero esa es otra historia. Amo a la confraternidad mundial, Andrés Z., Munich, Alemania

¿Sabías Que?

¿Sabías que?...

Jimmy K habría tenido cincuenta y tres años limpios en el cincuentenario de NA celebrado en San Diego, California, USA, en julio de 2003.

¿Sabías que?...

NA en Trinidad celebró diecinueve años en agosto de 2003.

¿Sabías que?...

Hungría ha celebrado su tercera convención en septiembre. En la actualidad hay ocho grupos de NA y los miembros pueden recibir ahora los llaveros en húngaro.

¿Sabías que?...

la primera obra de literatura de NA, el Librito Marrón, se publicó en 1954.

¿Sabías que?...

el epígrafe que introduce el prefacio de nuestro Texto Básico, página ix («

El fruto maduro de un trabajo de amor se recoge en la cosecha, y ésta llega

siempre en la estación adecuada...

») lo mandó Jimmy Kinnon como texto

de un telegrama a la reunión del (entonces) Comité de Literatura de la Conferencia de Servicio Mundial de Memphis, Tennessee. Estaba fechado

el 7 de febrero de 1981. Estas reuniones, llamadas Conferencias Mundiales de Literatura, se celebraban específicamente para trabajar en la creación de nuestro Texto Básico.

¿Sabías que?...

el Equipo de Servicios a la Confraternidad de la Oficina de Servicio Mundial en Chatsworth, California, EEUU, recibe de 80 a 110 cartas por semana de adictos presos.

¿Sabías que?...

en 1993, se celebró la primera Conferencia Latinoamericana (llamada ahora Foro Zonal Latinoamericano) en Lima, Perú, con representantes de cinco regiones. En el FZLA celebrado en San José, Costa Rica, en 2001, había representantes de diecinueve comunidades de NA.

¿Sabías que?...

hay más literatura traducida al español que a ningún otro idioma.

¿Sabías que?...

el primer Comité de Servicio de Área —el CSA del Valle de San Fernando—

se creó en la zona norte de la ciudad de Los Ángeles, California, EEUU, en 1973.

¿Sabías que?...

las fichas y medallones de recuperación de NA se produjeron por primera vez en 1982.

.....

Búsqueda de Palabras

Segunda Tradición

T O A V O A S D B Q C K S C S D C Z
V J B E K P J D T L I E O J A A B W
H C H E O B I O B V N N N J I D F X
N V D K I X C N U O F I N Q C I O I
M Ó S E L A U T I R I P S E N N D K
I Q I D Q O D S A Ó X B G X E G N M
E Q U C G E I T P A N R J N I I N N
M H R T A C E C I R U P W C R D O N
B P K K E R Y T I P I Z V O E A L P
R F U D N U E Y O V L N P C X U B C
O U H I H A K P O I R A C N E T B K
Z B D J D D A Q U C J E C I G O B H
D A C O N C I E N C I A S V P R G B
D P R O G R A M A I E J X Q D I L F
K C B F X E L J T Z F R W B U D O T
N Ó I C I D A R T R W D U L V A K S
N A L W J V C W T W S F M Q M D X V
Q U E L U S P X I H O L Y J Y N Y R

Autoridad
Conciencia
Confraternidad
Decisiones
Dignidad
Espirituales
Experiencias
Grupo

Miembro
Opinión
Principios
Programa
Recuperación
Servicio
Tradicion



HISPANOS EN N.A.

HORARIO DE JUNTA

Domíngo - 5:30 P.M.



915 N Broadway
Wichita, Ks.

Narcóticos Anónimos

¡Libertad Para Todos!

¡Libertad para todos! El Primer Paso, para mí, es quizá el más difícil de todos. Admitir que soy impotente ante algo no es fácil, pero es el paso más importante hacia la recuperación. Haber admitido que soy impotente ante mi adicción me ha hecho una persona mejor. Este paso no sólo me ha llevado a la recuperación, sino que me ha ayudado a comprender la diferencia entre impotencia y debilidad. Ser impotente ante mi adicción no equivale a ser débil en otros aspectos de mi vida personal. Ser consciente de la diferencia de estas definiciones me ha ayudado, al menos, a convertirme en la persona que soy hoy. Hoy ya no soy esclavo de mi adicción. Ya no tengo que preocuparme por lo que he hecho ayer drogado. Ya no tengo que vigilar por encima del hombro ni preocuparme preocuparme por no tener suficiente dinero. Hice mi Primer Paso cuando emprendí el camino hacia la recuperación. Hoy tengo serenidad y recuerdo lo que hice ayer. Ya no tengo que seguir encerrado en mi propia cárcel personal. Mi libertad espiritual —y mi primera comprensión real del programa de NA— llegaron cuando hice mi Primer Paso. Si impotencia significa tener lo que tengo hoy... ¡entonces me parece bien! Hoy tengo mi vida de nuevo, y agradezco a NA y mi Poder Superior por eso. La recuperación es posible, y ocurrirá cada vez que pueda admitir la ingobernabilidad de mi vida. Creo que la mano de NA estará tendida para todos los que intentan recuperarse, igual que lo estuvo para mí. Fernando E., Wisconsin, EEUU



Alejarse

Alejarse A través de mi recuperación, he llegado a darme cuenta de dónde he estado, dónde estoy y adónde me dirijo, suponiendo que siga trabajando mi programa lo mejor que puedo. Recuerdo que estaba en una situación altamente productiva cuando llevaba casi tres años limpio. Me sentía bien conmigo mismo: capaz de cumplir mis objetivos y además manteniendo una forma de vida espiritual. Atribuyo esa situación de serenidad a mi Dios, a Narcóticos Anónimos y a mí mismo. En el fondo deseaba compartir mi vida con otra persona. Creía que Dios preparaba esa persona para mí y a mí para ella, y que nos encontraríamos cuando Dios quisiera. Bueno, de alguna manera perdí el rumbo. Empecé a sentirme atraído por la persona que no debía. Nadie es perfecto, pero fue el principio de mi alejamiento del programa de NA... es decir, empecé a alejarme del respeto por mí mismo, de mi sensatez y de mi Dios. Me extravié. Empecé a trabajar los pasos hacia atrás. Quería pasar todo el tiempo posible con mi nueva novia. Ella vivía en otra ciudad; empecé a ver la zona donde vivía ella como un maravilloso lugar nuevo, y la mía se convirtió en una porquería. Disminuyó mi asistencia a las reuniones, lo que afectó severamente mi compromiso con el programa. Para mí, la participación en NA me da libertad en recuperación. Si de verdad quiero hacer algo por mi recuperación, tengo que comprometerme y disfruto haciéndolo. Aprendo de ello, lo aplico a mi vida más efectivamente y me siento «parte de». Lamentablemente, mi nuevo compromiso iba dirigido hacia una adicta que no comprendía lo que era el compromiso saludable. Había encontrado «la mujer que me arreglaría». Duró más de un año. Todas mis prioridades se mezclaron, y acabé apartado de mi recuperación.

Alejarse

Me avergüenza decirlo, pero el sexo se convirtió en mi liberador, en lugar de las cosas que me hasta ese momento me daban serenidad.

Una vez más, estaba tratando de controlar mi vida intentando controlar todo a mi alrededor. Sólo me sentía satisfecho cuando podía complacerla a ella. Era el mismo dolor emocional que me había llevado al programa . Había abandonado el sistema de apoyo del que dependía mi serenidad: la Confraternidad de Narcóticos Anónimos. En este estado mental, me quedé sin trabajo. Esto, junto con las muchas rupturas de mi relación malsana, me hizo caer en picado completamente desprovisto de espiritualidad y serenidad. Sólo iba a las reuniones de vez en cuando. Incluso cuando estaba en una reunión, no estaba de verdad «allí». Me sorprendía pensando cosas como «Por lo menos no bebo ni consumo», lo que siempre he creído que era lo mínimo que podía recibir de esteprograma . Busqué trabajo y encontré un nuevo empleo. Era un buen trabajo, pero tenía que hacer unos turnos terribles. Desde mi época de consumo de drogas que no pasaba noches enteras sin dormir, y eso casi me arruina. Estar trabajando toda la noche y obsesionado con mi reciente relación era la mejor manera de alimentar mi locura... y no acabó ahí. Me ofrecieron otro trabajo, y lo acepté, pero sin dejar el que tenía. Ahora tenía dos trabajos, dormía tres horas por día, y continuaba cavilando sobre la mujer que me arreglaría. ¡Estoy hablando de un caos total! Fue lo que había aprendido del programa lo que al fin me salvó. Una noche, sentado solo delante de la computadora, me sorprendí pensando en lo buena que estaría una botella de tequila. Después, pensé: «¡el tequila es una droga y punto!» Miré el reloj. Sabía dónde había una reunión de NA, y corrí donde me esperaban mi recuperación y mi sano juicio. Dejé mi trabajo nocturno, dejé la «mujer

que me arreglaría» y admití, una vez más, mi impotencia. Estoy limpio desde el 12 de marzo de 1994. He conseguido conservar mi trabajo desde hace cinco años, y me gusta la vida que tengo... incluso sin una mujer con la que compartirla. Trabajo un programa . Tengo libertad no sólo de mi adicción a las drogas, sino también de mi personalidad obsesivcompulsiva que casi me arranca del programa. Gracias NA por estar allí y mostrarme cómo mantenerme limpio. Jack C., California, EEUU



Creo que me Padrino lo Aprueba

Mi padrino falleció. Bob C. y yo estábamos más cerca de lo que jamás creí que dos personas pudieran estar. Compartíamos nuestras alegrías, penas, problemas y soluciones. Hacía más o menos un año y medio que lo conocía cuando le pedí que fuera mi padrino. Me dijo: «Seré tu padrino con dos condiciones. Una, que estés dispuesto a trabajar los pasos. Dos, que me llames todos los días.» Cumplí la mitad del compromiso. Lo llamaba todos los días, pero no trabajaba los pasos. Hice un par de intentos medio en serio, pero no lo suficiente. Había sobrevivido más de cuarenta años, treinta de los cuales sufriendo la adicción activa. Sabía vivir la vida tal cual era, pero con un problema: la vida tal cual era de un drogadicto no era más que la vida de un drogadicto. Dejé de ir a las reuniones, dejé de llamar a mi padrino todos los días y empecé a salir por ahí con mis viejos «amigos». No hace falta decir que en poco tiempo estaba otra vez perdido. Cuando volví en mí, llamé a Bob y le pregunté si podía ir a verlo. En aquella época vivíamos en una ciudad de la costa, en California (EEUU). Yo tenía un apartamento en el centro y Bob vivía a bordo de su velero en el puerto. Cuando subí al barco, preparó café.

Creo que me Padrino lo Aprueba

Casi no dije nada hasta que tuvimos las tazas en la mano. Y la conversación se desarrolló más o menos así: —Bob, supongo que te has enterado de que recaí. —Sí, me han dicho que has estado tratando de matarte otra vez. ¿Ahora estás preparado para trabajar lospasos? —Sí, lo estoy. Empezamos. Trabajamos los doce pasos minuciosamente y en orden. Digo «trabajamos » porque aunque el trabajo lo hice yo, Bob estaba a mi lado todo el tiempo, guiándome, dándome ánimos, empujándome (sí, empujándome bastante) y dándome experiencia, fortaleza y esperanza. Cuando acabamos, dije algo así como: «Bueno, me alegro de que se haya acabado. » Y Bob me contestó: «Esto acaba de empezar. No termina nunca.» Y me soltó de golpe lo siguiente: —Mira, el Duodécimo Paso dice: «Habiendo obtenido un despertar espiritual como resultado de estospasos , tratamos de llevar este mensaje a los adictos y de practicar estos principios en todos los aspectos de nuestra vida». —¿Y cuál es el mensaje? —Uno, que era impotente ante mi adicción. Dos, que hay un poder superior a mí que puede liberarme de la falta de sano juicio que me lleva a esa primera droga. Tres, que puedo dejar mi vida al cuidado y la atención de Dios, y que este Dios bondadoso y cariñoso me da la fuerza para mantenerme limpio. —En resumidas cuentas, esa es la respuesta a la pregunta sobre cómo mantenerse limpio. —Ahora, después de haber reconocido los tres principios básicos, estás en el Cuarto Paso, así que sigue avanzando a partir de allí. Seguí practicando lospasos una y otra vez y hacerlo me ha llevado a creer hoy que el programa de Narcóticos Anónimos son los pasos . En mi duodécimo año de recuperación, Bob enfermó de cáncer. Cuando los dos tuvimos claro que era un cáncer terminal, hablamos de ello, de la vida, de la vida después de la muerte, de la vida presente.

Llegamos a la conclusión de que valía la pena vivir limpio, incluso con cáncer. Durante el último año de vida de Bob, me trasladé a Montana por razones de trabajo. Por el precio de las llamadas de larga distancia, no podía llamarlo todos los días, pero lo hacía una vez por semana y conversábamos. Hasta que una noche de mi décimo tercer año limpio, recibí una llamada de la hija de Bob que me dijo: «Se ha ido». Lloramos y nos consolamos lo mejor que pudimos. Esparcieron las cenizas de Bob en el mar que él amaba tanto y nuestra vida siguió su curso. Un mes más tarde, más o menos a la hora que solíamos hablar, me sentí especialmente triste y dije: «¡Ay, Bob, qué voy a hacer sin mi padrino!» Y la respuesta me llegó más clara que el agua con la voz de Bob: —Te he dado todo lo que tenía. Te he mostrado lospasos y enseñado a vivir de acuerdo a las tradiciones. No tengo nada más para darte. Ahora te toca a ti. Lleva el mensaje. Ya nos veremos cuando llegues. Nunca más volví a escuchar a Bob. De vez en cuando pienso en él, siempre con un sentimiento muy cálido. Llevo ya más de veinte años limpio y soy padrino de muchos adictos. Los que trabajan lospasos se recuperan. Los que no, no. Lo único que puedo hacer es compartir mi experiencia, fortaleza y esperanza. Cuando necesito alguien para compartir las cargas de mi vida, tengo a los muchachos que apadrino. Uno de los principios de NA es que «un adicto ayuda a otro». Aunque puede que sea un veterano, llevo tanto tiempo limpio como cualquier otro: veinticuatro horas. Y lo más importante, tengo los regalos que me ha hecho Narcóticos Anónimos: Dios, lospasos y la confraternidad. Creo que mi padrino lo aprueba. Lee A., Montana, EEUU