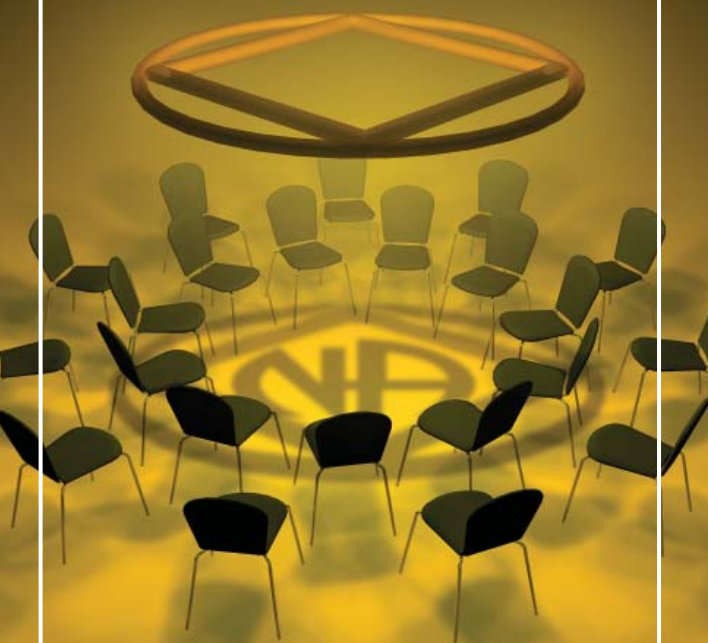


Introducción a las reuniones de NA

IP N° 29-SP



Si eres nuevo en NA o estás pensando en ir a una reunión de Narcóticos Anónimos por primera vez, estaría bien que supieras un poco más lo que pasa en nuestras reuniones. El propósito de la presente información es darte una idea de lo que hacemos cuando nos reunimos para compartir la recuperación. Al principio, las palabras que usamos y la manera en que actuamos podrían parecerte extrañas, pero esperamos que esta información pueda ayudarte a sacarle el máximo partido a tu primera reunión de NA o a sentirte más cómodo a medida que sigas viniendo. Llegar temprano, irse tarde y hacer muchas preguntas antes y después de las reuniones te ayudarán a aprovechar mejor todas aquellas a las que asistas.

Los formatos de reunión eficaces nos mantienen centrados en el propósito primordial y animan a que los miembros participen de una forma que refleje recuperación.

Quinta Tradición, *Funciona: cómo y por qué*

Nuestro Texto Básico, *Narcóticos Anónimos*, da la mejor descripción de quiénes somos y lo que hacemos: «NA es una confraternidad o asociación sin ánimo de lucro compuesta por hombres y mujeres para quienes las drogas se habían convertido en un problema muy grave. Somos adictos en recuperación y nos reunimos con regularidad para ayudarnos mutuamente a permanecer “limpios”». Los Doce Pasos de NA son la base de nuestro programa de recuperación. Las reuniones son el lugar en el que compartimos la recuperación entre nosotros, pero aplicar nuestro programa es mucho más que limitarse a acudir a ellas. Las personas asisten a las reuniones de NA

por todo tipo de motivos, pero el propósito de cada reunión es brindar a los miembros de NA un lugar donde compartir la recuperación con otros adictos. Si no eres adicto, busca una reunión abierta; en ellas se da la bienvenida a las personas no adictas. Si eres adicto o piensas que tal vez tengas un problema con las drogas, te sugerimos una reunión diaria durante noventa días como mínimo para que vayas conociendo a los miembros de NA y nuestro programa.

La literatura de NA también es una buena fuente de información sobre nuestro programa. Nuestro Texto Básico (*Narcóticos Anónimos*) o nuestros folletos informativos (IPs) son un buen punto de partida. La mayoría de las reuniones ofrecen este tipo de folletos de forma gratuita, y los grupos suelen vender los libros de NA a precio de costo. Gran parte de nuestra literatura también se puede leer o adquirir en línea en **www.na.org**.

Información general válida para las reuniones de NA

- ⊗ No nos importan los tipos o las cantidades de drogas consumidas; nos centramos en la forma en que la adicción y la recuperación afectan nuestra vida.
- ⊗ Las reuniones de NA no son clases ni sesiones de terapia de grupo. No damos lecciones ni asesoramiento. Simplemente compartimos nuestra experiencia personal con respecto a la adicción y la recuperación.
- ⊗ Las reuniones suelen celebrarse en iglesias, centros de tratamiento u otros establecimientos porque tienden a ser sitios económicos, cómodos o estar disponibles. NA no forma parte de, ni está vinculada a, ningún otro grupo, organización o institución.

- ⊗ Para respetar el anonimato de todos nuestros miembros, pedimos a la gente que asiste a nuestras reuniones que no mencione quiénes son nuestros miembros o lo que comparten en las reuniones.
- ⊗ NA no tiene cuotas de inscripción ni se pagan honorarios, pero celebrar reuniones y ofrecer otros servicios para apoyar nuestro propósito primordial cuesta dinero. Nuestros miembros hacen contribuciones voluntarias en las reuniones para mantener al grupo y otras iniciativas para llevar nuestro mensaje. A las personas que no son miembros les pedimos que no contribuyan, de modo que NA pueda seguir autofinanciándose íntegramente.

Nuestro programa de recuperación comienza con la abstinencia de todo tipo de drogas, incluido el alcohol. A veces las personas llegan a las reuniones de NA cuando todavía están consumiendo drogas, en proceso de desintoxicación o en terapia de sustitución de drogas. Independientemente de lo que estés tomando cuando llegas a NA, eres bienvenido. Además, nuestros miembros más nuevos suelen tener preguntas sobre medicamentos recetados. Te animamos a que leas literatura de NA, entre otra el Texto Básico y el librito *Cuando estamos enfermos*, donde se explica cómo abordamos la recuperación en NA. También resulta útil hablar con otros miembros sobre lo que les funcionó a ellos al enfrentarse a situaciones similares. El padrinazgo también es un instrumento vital para comprender esta y otras cuestiones de nuestra recuperación (para más información sobre el padrinazgo, consulta el folleto IP N° 11). No somos profesionales y NA no tiene opinión sobre asuntos médicos; solo podemos compartir los unos con los otros nuestras experiencias personales.

Algunas cosas que tal vez veas o experimentes en nuestras reuniones

Hay reuniones de NA de todo tipo, tamaño y color, y muchas cosas se hacen de forma diferente en distintas ciudades, distintos países e incluso en distintas noches de la semana en el lugar donde vives. Sin embargo, la mayoría tiene cosas en común en todo el mundo.

- ⊗ Las reuniones suelen ser de participación abierta o de orador. Las primeras permiten que los miembros se turnen para compartir. Las de orador permiten que uno o más miembros compartan durante más tiempo.
- ⊗ Se suele pedir a los visitantes o recién llegados que se presenten por su nombre de pila. Por lo general, se recibe a los recién llegados con un abrazo o un apretón de manos y un llavero de bienvenida.
- ⊗ En la mayoría de los lugares, es costumbre que los miembros formen un círculo para cerrar la reunión con una oración breve o una lectura de NA. Aunque es posible que oigas oraciones en nuestras reuniones, nuestro programa es espiritual, no religioso.
- ⊗ Los grupos suelen sellar o firmar comprobantes de asistencia por orden judicial como cortesía hacia aquellas personas que lo solicitan; pero algunos grupos y miembros optan por no hacerlo. Si se necesita un comprobante de asistencia, es mejor preguntar antes de la reunión cómo gestiona el grupo este tipo de certificados.
- ⊗ La mayoría de los grupos proporciona directorios u horarios de otras reuniones locales de NA.

Muchos concebimos a Dios simplemente como esa fuerza que nos mantiene limpios. El derecho a un Dios tal como cada uno lo conciba es total y sin condiciones.

Tercer Paso, Texto Básico

Sobre el compartir

- ⊗ NA se basa en el «valor terapéutico de un adicto que ayuda a otro». Se pide a quienes no son miembros que no compartan durante las reuniones, aunque es posible que algunos grupos permitan una participación breve durante celebraciones de cumpleaños o aniversarios de NA.
- ⊗ Se suele pedir a los miembros que compartan solo una vez por reunión, teniendo en cuenta las restricciones de tiempo de la misma. Muchas reuniones solicitan a los miembros que limiten su intervención a cinco minutos o menos.
- ⊗ También se anima a que los miembros eviten las «réplicas», es decir, que compartan sus propias experiencias en vez de responder a otros miembros. Los participantes pueden conversar antes o después de las reuniones.
- ⊗ Algunos grupos piden a los miembros que durante las reuniones se abstengan de compartir detalles y descripciones explícitas sobre las drogas y su consumo y que, en cambio, se centren en el efecto que ha tenido en nosotros la adicción y la recuperación.
- ⊗ Por lo general, se anima a los recién llegados a que centren su atención en escuchar, pero pueden compartir durante la parte de participación abierta de la reunión.
- ⊗ Se alienta a los recién llegados a que escuchen con atención para identificar a los miembros

con experiencia con los que tengan afinidad, ya que estos podrían ser buenos padrinos/madrinas, amigos u ofrecer otra guía y apoyo.

El cultivo de una atmósfera de recuperación en nuestras reuniones

La manera en que los grupos deciden tratar las cuestiones relacionadas con la reunión puede variar. Te animamos a que compruebes por tu cuenta cada reunión para tener una idea más clara de lo que se espera en ella. De todas formas, los siguientes elementos básicos son comunes en muchas reuniones.

- ⊗ En algunas reuniones se hace una breve pausa para que los miembros conversen, tomen algo, usen el baño o fumen. En las reuniones sin receso, solemos esperar a que esta termine.
- ⊗ No permitimos drogas ni material relacionado con estas en ninguna reunión de NA.
- ⊗ Rechazamos enérgicamente cualquier tipo de acoso, amenaza o comportamiento problemático antes, durante o después de nuestras reuniones. Esto incluye insinuaciones sexuales, amorosas, financieras y religiosas no deseadas. Nuestras reuniones son para compartir la recuperación de NA. Si sientes que te acosan o amenazan, habla con el secretario del grupo o algún otro servidor de confianza.
- ⊗ Pedimos a las personas que llegan tarde que se sienten en silencio y eviten distraer a los demás.
- ⊗ Intentamos que los miembros se abstengan de conversar entre sí durante las reuniones. Aunque hablen en voz baja, distraen a los demás.
- ⊗ Las llamadas telefónicas y los mensajes de texto también distraen a los demás. Pedimos

a nuestros miembros que apaguen o silencien sus teléfonos móviles y otros aparatos electrónicos durante las reuniones.

- ◊ En muchos lugares, los abrazos son la forma de saludo común en NA. Si te incomodan, no dudes en decirlo. La mayoría de los miembros lo comprenderá.

Nuestras reuniones varían mucho de tamaño y estilo. Algunas son pequeñas e íntimas; otras, grandes y ruidosas. Las prácticas y los términos usados en nuestras reuniones también varían mucho de un lugar a otro, pero lo más importante es que estas son el lugar donde compartimos nuestra experiencia, fortaleza y esperanza. Si eres adicto, ¡sigue viniendo a nuestras reuniones y comparte la recuperación con nosotros!

Algunos términos útiles de NA

Adicto: término que utilizamos para referirnos a nosotros mismos porque consideramos que el problema es la adicción en sí, no el consumo de una droga específica

Compartir: transmitir experiencias personales sobre la adicción y la recuperación

Grupo: miembros que celebran a una o más reuniones de NA con horarios fijos (véase el IP N° 2, *El grupo*)

IPs: folletos informativos sobre NA

Padrino/madrina: miembro con experiencia que guía y apoya a través de los Doce Pasos (véase el IP N° 11, *El padrinazgo*)

Poder Superior: cualquier fuerza bondadosa que ayuda a un miembro a mantenerse limpio y buscar la recuperación

Recaída: cuando un desliz en recuperación conduce a un retorno breve o prolongado al consumo de drogas

Recién llegados: miembros de NA nuevos

Reunión abierta: reunión que da la bienvenida a todos los asistentes, incluyendo las personas interesadas no adictas

Reunión cerrada: reunión para adictos o personas que tal vez tengan un problema con las drogas

Servidores de confianza: miembros que tienen puestos de servicio en NA

Texto Básico: libro que contiene nuestras ideas esenciales, titulado *Narcóticos Anónimos*

Copyright © 2014 by
Narcotics Anonymous World Services, Inc.
Reservados todos los derechos.

World Service Office

PO Box 9999
Van Nuys, CA 91409 USA
TEL (818) 773-9999 **FAX** (818) 700-0700
WEB www.na.org

World Service Office—Europe

B-1050 Brussels, Belgium
TEL +32/2/646-6012

World Service Office—Canada

Mississauga, Ontario

World Service Office—Iran

Tehran, Iran
WEB www.na-iran.org



Traducción de literatura aprobada
por la Confraternidad de NA.

Narcotics Anonymous, , , , y The NA Way
son marcas registradas de
Narcotics Anonymous World Services, Incorporated.

ISBN 978633800236 • Spanish • 12/14

WSO Catalog Item No. SP-3129