



Publicación del FZLA

Latinas

NUESTRA VISIÓN ES NUESTRA MISIÓN: LLEVAR EL MENSAJE SIEMPRE...

▶ **RESUMEN DEL FUNCIONAMIENTO DEL FZLA**

▶ **¡SÍ, PUEBO PENSAR!**

▶ **¿ME ESTOY RECUPERANDO?**

▶ **RESUMEN DE LA CSM 2012**



Índice

PUBLICACIÓN SEMESTRAL
JULIO 2012 - ENERO 2013

InfoLatinas Edición Nº 11

Foro Zonal Latinoamericano

Páginas

GT - INFOLATINAS

Grupo de Trabajo de INFOLATINAS

Mary Carmen P. Región Panamá
Diego M. Región Costa Rica
Antonio P. Región Uruguay
José Luis Ab Región Quisqueyana

INFOLATINAS es una publicación del Foro Zonal Latinoamericano.

Todos los derechos reservados del FZLA 2012

@ PARA CONTACTO:

Motivamos a los miembros a participar enviándonos sus opiniones, trabajos, informaciones de sus grupos, áreas o regiones. También nos interesa publicar sus experiencias con el programa de Narcóticos Anónimos.

Pueden escribirnos a:
infolatinas@gmail.com

Visítanos en: www.forozonalatino.org



INFOLATINAS: INFOLATINAS: Es la revista latinoamericana elaborada por el GT de IL del FZLA y es publicada de forma semestral y gratuitamente a través de Internet. Las expresiones aquí expuestas son personales o del GT de IL del FZLA pero no necesariamente coinciden con las de NA en su conjunto.

Su propósito es informar a todas las regiones o comunidades latinas sobre las experiencias, los proyectos y los eventos de interés de cada una de las mismas y de NA en general y a su vez, apoyar la recuperación, la unidad, la cooperación, la comunicación y el servicio a nivel de l@s miembros de nuestra confraternidad de NA.

Editorial.....	2
Resumen del funcionamiento del FZLA.....	3, 4
Resumen de la CSM 2012.....	5
Negación.....	6
¡Sí, puedo pensar!.....	6
Acción es la palabra mágica.....	7
¿Me estoy recuperando?.....	7
Calendario de actividades.....	8
NARTE.....	8
Fábula de recuperación - Conclusión.....	9

Además

Noti-InfoLatinas.....	3
¿Sabías que?.....	3

Nuestra Visión es Nuestra Misión: Llevar el Mensaje Siempre...

Cuando damos servicios trabajamos directamente el núcleo de nuestra enfermedad: El egocentrismo. Sin embargo, muchas veces debemos preguntarnos si el motivo de dar servicio es el correcto. “El objetivo de nuestros servicios es ayudar a la confraternidad a cumplir su propósito primordial: llevar el mensaje al adicto que todavía sufre.” (Los Doce Conceptos de Servicio en NA - Octavo Concepto). Entonces, nuestra visión está inspirada en la búsqueda constante de nuevas formas de ayudar a la confraternidad a cumplir con su propósito y esto se transforma, cuando tenemos el motivo correcto, en nuestra misión fundamental de llevar siempre nuestro mensaje.

NA es una confraternidad cambiante, siempre en crecimiento, pero con un sólo mensaje y una sola misión. No tenemos que buscar una misión, ya la tenemos: La experiencia de décadas buscando la mejor forma de darle nuestro mensaje al adicto que todavía sufre. En ocasiones tumultuosas, a veces, parece incluso que el barco de nuestra recuperación tambalea, algunos hablan de locuras colectivas, pero lo cierto es que a través de los años hemos descubierto que cuando cada uno hace su esfuerzo en cumplir con nuestro propósito primordial y luego aunamos esos esfuerzos en los comités de servicios nuestra misión se transforma en la esperanza de la certeza que algún día podremos tener nuestro mensaje en la mente de todos los adictos del mundo.

Toda la vida de nuestra confraternidad descansó en una visión, basada en que los adictos encontraran recuperación, esperanza y libertad por medio de nuestros sencillos principios espirituales. Al tener un solo mensaje y ver que éste funciona a la perfección en los lugares donde llega asumimos la misión de seguir llevándolo. El sacrificio de nuestros antecesores y que cada servidor enfrenta al asumir la responsabilidad de cumplir con nuestra misión demuestra que es posible hacer realidad nuestra visión de esperanza. Nunca más veremos nuestro mensaje como un privilegio que solamente será para algunos comparándolos con otros que por cualquier condición, ya sea, política, cultural, social, religiosa, geográfica o de otro tipo, no puedan recibirlo, debido a que nuestros esfuerzos se encuentran encaminados a hacer realidad la libertad que todos los adictos puedan encontrar al recibir el mensaje de NA.

● *GT de IL - FZLA*



PRH (Panel de Recursos Humanos) del FZLA (Foro Zonal Latino Americano)

¡Únete al PRH y a la RZ (Reserva Zonal) del FZLA, llenado el formulario de información personal y de servicios del FZLA!

Muchas veces cuando se necesita elegir a [ciert@s servidor@s](mailto:ciert@s.servidor@s) para ocupar puestos a nivel del CE (Comité Ejecutivo), GT's (Grupos de Trabajo) y PE's (Proyectos Específicos) / PDCL (Proyectos de Desarrollo de la Confraternidad Latinoamericana) del FZLA, se solicitan recomendaciones al PRH - FZLA, quien a través de su base de datos propone a [dich@s candidat@s](mailto:dich@s.candidat@s) para asumir algunos de estos roles y servicios.

¡Contamos contigo! Suscríbete. Información:
prh_fzla@yahoo.com



RESUMEN DEL FUNCIONAMIENTO DEL FZLA

● **Propósito del FZLA:** Contribuir con el crecimiento continuo de Narcóticos Anónimos; apoyar la unidad, la cooperación, la comunicación y servir como un recurso de servicio para la confraternidad de NA de las regiones o comunidades de origen latinoamericano.

● **Grupos de trabajo:**

1. **RELACIONES PÚBLICAS:** Paul N., de NA Baja Son / México, es su Coordinador. Este GT intenta apoyar los esfuerzos de RRPP de NA que se llevan a cabo a nivel del FZLA en pleno y en el interior de cada una de las regiones o comunidades miembros del mismo.

2. **CRECIMIENTO Y DESARROLLO:** José Luis A., de NA Del Coquí / Puerto Rico, es quien coordina este GT. El objetivo de dicho GT, es ayudar a fortalecer a cada una de las regiones o comunidades miembros del FZLA o que estén ubicadas en América Latina y el Caribe y que no forman parte formalmente del mismo, haciendo énfasis en las que especialmente se encuentren en actual proceso de crecimiento y desarrollo a nivel de sus servicios, e incluso a otras donde NA aún no exista.

3. **INFOLATINAS:** Su coordinadora es Mary Carmen P., de NA Panamá. Este GT se encarga de todo el proceso de elaboración y publicación semestral por Internet de la revista latinoamericana del FZLA de InfoLatinas.

4. **INTERNET:** Su coordinadora es Rommy M., de NA Chile. Este GT se encarga de todo el proceso concerniente a la publicación, la actualización permanente y a las comunicaciones correspondientes del sitio Web del FZLA que es www.forozonalatino.org, y también de apoyar a que

cada región o comunidad que sea miembro del FZLA en general, pueda tener funcionando efectivamente su respectivo sitio Web.

5. **REVISIÓN Y TRADUCCIONES:** Actualmente, su coordinación se encuentra vacante. Estamos en el proceso de selección de dich@ miembro de NA. Su tarea principal es revisar las traducciones del inglés al español que hacen en el departamento correspondiente de los SMNA (Servicios Mundiales de Narcóticos Anónimos) de cada uno de los artículos y productos de la literatura de recuperación de NA y traducir del inglés al español todos los materiales de servicios de NA, y posteriormente, distribuirlos en el ámbito de la confraternidad de NA por medio de Internet.

6. **PANEL DE RECURSOS HUMANOS:** Su actual coordinador es Sergio R., de NA Panamá. La idea es que este GT ayude a acrecentar cada vez más la base de datos de la RZ del FZLA, la cual maneja efectivamente, con el objetivo que pueda recomendar candidat@s para ocupar los puestos de servicios que se encuentren vacantes en el CE, los GT's y PE's / PDCL's del FZLA, en el momento que haga falta proceder a realizar dichas elecciones, coordinando todo lo relacionado a este tema en el ámbito del FZLA en pleno.

7. **XI CONVENCION LATINOAMERICANA DE NARCÓTICOS ANÓNIMOS:** Su coordinador es José Luis Ab., de NA Quisqueyana / República Dominicana. En este caso, dicho GT se encarga de la planificación, organización, coordinación y ejecución de la XI CLANA 2013 y la XI Reunión Ordinaria del FZLA, próximamente a celebrarse ambos eventos, en NA Quisqueyana / República Dominicana, en noviembre de 2013.

► Continúa en la página siguiente ►

NOTI-INFOLATINAS

Nuevo formato del sitio web de NA mundial
¡Una versión más fresca y actualizada ya está lista!



Sabías que...?

- A finales de los años 70, se imprimió el "Librito Blanco" de NA en español, siendo el primer artículo "formal" de NA que fue publicado en otro idioma o lenguaje distinto al inglés.



PROYECTOS ESPECÍFICOS

1. AUTOFINANCIAMIENTO DEL FZLA: Su coordinador es Alonzo R., de NA Guatemala. El objetivo de este PE es crear estrategias y llevarlas a cabo a través de la práctica para mejorar el autofinanciamiento o autosostenimiento a nivel del FZLA.

2. COMUNICACIONES Y DIFUSIÓN DEL FZLA: Su coordinador es Douglas V., de NA HOW / Brasil. El objetivo de este PE es fomentar y compartir ideas, crear estrategias y llevarlas a cabo por medio de la acción para mejorar las comunicaciones y la difusión tanto a nivel del aspecto interno como externo del FZLA en general.

3. MANUAL DE DR (DELEGADO REGIONAL) DE NA DEL FZLA Y NUEVA REVISIÓN DE LA GPI (GUÍA DE PROCEDIMIENTOS INTERNOS) DEL FZLA, Y SUS 3 DOCUMENTOS ANEXOS: El CE - FZLA, es el encargado de manejar todo lo referente a este PE. Actualmente, ya estamos revisando a nivel del FZLA en pleno, el nuevo Manual de DR de NA - FZLA, y prontamente, haremos lo mismo con respecto a la GPI - FZLA, y sus 3 documentos anexos: Guía de Procedimientos del PRH - FZLA, Modelo de Reglas de Orden - FZLA, y Guía Básica de la CLANA - FZLA.

4. PROPUESTA DE SEDE FIJA Y PERMANENTE PARA LAS REUNIONES ORDINARIAS DEL FZLA: Yezid D., de NA Panamá. Prontamente, se elaborará formalmente y propondrá un proyecto que nació en uno de los temas de la pasada X Reunión Ordinaria del FZLA de Guatemala de mayo de 2011, donde se planteará la posibilidad de tener

una sede fija y permanente para las reuniones ordinarias del FZLA, desde ahora en adelante, la cual por ahora se mocionará a Panamá, de acuerdo a lo que se debata y discuta ampliamente tanto antes de la venidera XI Reunión Ordinaria del FZLA de República Dominicana de noviembre de 2013 como durante la misma, con el objetivo que en esa oportunidad se decida qué considera la conciencia zonal al respecto, según la disponibilidad de los recursos humanos y financieros con que contamos en la actualidad.

5. PROPUESTA DE PLAN DE ACCIÓN DE PRESUPUESTO FINANCIERO BIENAL DEL FZLA: El CE - FZLA, es el encargado de manejar este PE. Actualmente, ya estamos revisando a nivel del FZLA en pleno, todo lo relacionado a este asunto. La idea es que antes de cada reunión ordinaria del FZLA y durante un espacio de las mismas, siempre se presente un plan de acción de presupuesto financiero

bienal del FZLA, desde ahora en adelante, el cual se comparta, debata y discuta en dichas actividades entre todo el FZLA en general, con el objetivo que se trabaje más efectivamente con este documento y que se pueda cumplir con las pautas allí aprobadas para que así logremos mejorar en este sentido como FZLA.



Unidos sin fronteras

AHSCNA / USA - ARGENTINA - BAJA SON / MÉXICO
BOLIVIA - CHILE - COLOMBIA - COSTA RICA - CUBA
DEL COQUÍ / PUERTO RICO - ECUADOR - EL SALVADOR
GRANDE SAO PAULO - GUATEMALA - HONDURAS
HOW / BRASIL - MÉXICO - NICARAGUA
OCCIDENTE DE MÉXICO - PANAMÁ - PARAGUAY
PERÚ - QUISQUEYANA / REPÚBLICA DOMINICANA
RÍO DE JANEIRO - URUGUAY - VENEZUELA

CE - FZLA 2011 - 2013



RESUMEN DE LA CSM 2012

¡Si deseas conocer más de cerca o saber todo lo que sucedió y se habló durante la pasada 31º CSM (Conferencia de Servicio Mundial) de NA, celebrada del 29 de abril al 5 de mayo de 2012, te recomendamos comunicarte con cada un@ de l@s respectiv@s DR's (Delegad@s Regionales) de tu región o comunidad de NA y solicitarle dicha información detallada y completa!

Algunos Proyectos de los SMNA 2012 - 2014

1. Relaciones Públicas.

2. Sistema de servicio.

3. Traducciones del inglés a otros idiomas o lenguajes distintos del nuevo libro “Vivir Limpios; El Viaje Continúa” y de muchos artículos y productos de NA en general.

4. Revisiones y actualizaciones de todos los artículos y productos de literatura de recuperación y materiales de servicios de NA / Nuevo enfoque del folleto de “Introducción a las Reuniones de NA” / Libro de Las Doce Tradiciones de NA.

5. Desarrollo y apoyo a nivel de los servidores de confianza / Materiales de guía y orientación sobre el liderazgo y los servicios, especialmente, acerca de eventos y convenciones y también con respecto a sondeo, exploración y planificación.

6. Temas de debate de la confraternidad del actual ciclo de conferencia 2012 - 2014:

Delegación, rendición de cuentas y conciencia de grupo.

Colaboración: Anteponer los principios a las personalidades.

· Autofinanciación y Visión del Servicio de NA.

7. Talleres mundiales, proyectos de desarrollos y viajes de apoyo y servicios para la confraternidad de NA en general.



NEGACIÓN

Yo he estado en recuperación muchos años. He utilizado la negación muchas veces. Ha sido una defensa, una herramienta para sobrevivir, una conducta para hacer frente y, a veces, casi mi ruina. Ha sido una amiga y una enemiga. Cuando era niño, usaba la negación para protegerme y para proteger a sentimientos, a mis necesidades y a mí mismo. Era como una gruesa manta que me cubría y me sofocaba. De pronto, me empecé a recuperar. Tuve un atisbo de conciencia acerca de mi dolor, de mis sentimientos, de mis conductas. Empecé a verme a mí mismo y al mundo, como éramos. Había tal cantidad de negación acerca de mi pasado que si me hubieran rasgado totalmente la manta, hubiera muerto del shock que me hubiera provocado quedarme a la intemperie. Necesité ir admitiendo gradualmente y suavemente los conocimientos que fui adquiriendo acerca de mí mismo, los recuerdos, la toma de conciencia y la curación.

La vida participó conmigo en este proceso. Es una gentil maestra. A medida que me iba recuperando, trajo hacia mí los incidentes y la gente que necesitaba para poder recordarme lo que aún estaba negando, para decirme adónde necesitaba curarme más de mi pasado, a medida que iba pudiendo manejar este conocimiento acerca de mí mismo. Todavía uso la negación, y me abro paso con ella, según lo necesite.

Cuando soplan los vientos del cambio, trastornando la estructura familiar y preparándome para lo nuevo, cojo mi manta y me escondo, durante un rato. A veces, cuando alguien a quien amo tiene un problema, me escondo debajo de la manta momentáneamente. Surgen recuerdos de cosas que negué, recuerdos que necesitan ser recordados, sentidos y aceptados para que podamos seguir siendo curados, fuertes y sanos.

A veces, me siento avergonzado por lo mucho que tardo en mi batalla para llegar a aceptar la realidad. Me siento abochornado cuando me encuentro de nuevo envuelto en la niebla de la negación.

Luego algo sucede, y veo que estoy yendo hacia delante. La experiencia era necesaria, tenía relación con algo, para nada era un error, sino una parte importante de la curación. Este viaje llamado

recuperación es un proceso emocionante, pero comprendo que algunas veces puedo usar la negación para ayudarme a superar cuestiones difíciles.

También estoy consciente de que la negación es una amiga y una enemiga. Estoy alerta a las señales de peligro: esos sentimientos nebulosos, confusos... esa energía perezosa.... el sentirse compulsivo... correr demasiado duro o demasiado aprisa.... evitar los mecanismos de apoyo.

He ganado un sano respeto por nuestra necesidad de usar la negación como cobija para envolvernos cuando hace demasiado frío. No es mi labor andar por ahí desgarrando las cobijas de la gente o avergonzando a los demás por usar la cobija. El avergonzarlos les da más frío, los hace involucrar más apretadamente en la manta.

Arrancarles la manta es peligroso. Podrían morir por quedar a la intemperie, igual que pude haber muerto yo.

He aprendido que lo mejor que puedo hacer con la gente que está envuelta en esta cobija es hacerla sentirse tibia y segura. Cuanto más tibia y segura se sienta, más capaz será de tirar su cobija. No tengo que apoyar o alentar su negación. Puedo ser directa. Si los demás están en negación acerca de una cosa en particular, y su actividad es perjudicial para mí, no tengo por qué estar cerca de ellos. Puedo desearles lo mejor y cuidar de mí mismo. Porque si me quedo demasiado tiempo cerca de alguien que me está haciendo daño, inevitablemente volveré a coger mi manta.

He ganado respeto por crear ambientes cálidos, donde no se necesiten las cobijas, o al menos no se necesiten por tanto tiempo. He ganado confianza en la forma como la gente se cura y lidia con la vida. Ya las situaciones no hacen nido en mi cabeza, tan solo pasan en vuelo indefinido.

 Miguel H., de NA _____.

¡SÍ, PUEDO PENSAR!

Al ser adictos, llenos de apegos, fantasías y exageradas expectativas, muchos de nosotros no confiamos en nuestro criterio. Entendemos realmente el horror de la indecisión. Las elecciones más insignificantes, nos paralizan. Las decisiones más importantes, entre las cuales esta como resolver nuestros problemas, que vamos a hacer con nuestras vidas y con quien vamos a vivir, puede resultar abrumadora. Muchos de nosotros nos damos por vencidos, y nos

negamos a pensar en esas cosas. Algunos permitimos que las circunstancias u otras personas decidan por nosotros.

Por diversas razones hemos podido perder la fe en nuestra capacidad para pensar y para razonar las cosas. Creer en mentiras, mentirnos a nosotros mismos, el caos, el estrés, la baja autoestima y un estómago lleno de emociones reprimidas puede nublar nuestra capacidad para pensar. Nos confundimos, pero ello no quiere decir que no podamos pensar.

Reaccionar excesivamente puede

deteriorar nuestro funcionamiento mental. La capacidad de decisión se ve obstaculizada al preocuparnos de lo que pensarán otras personas, al forzarnos a nosotros mismos a ser perfectos y al decirnos que nos demos más prisa. Equivocadamente pensamos que no podemos hacer la elección equivocada, que nunca tendremos otra oportunidad y que el mundo entero esta pendiente de esta decisión particular nuestra. No tenemos ninguna necesidad de martirizarnos de este modo. No atender



nuestras necesidades, y nuestros deseos y decirnos que lo que deseamos está mal, nos escamotea la información que necesitamos para hacer buenas elecciones, las reconsideraciones y los ¿y si?, tampoco ayudan en nada. Vamos a aprender a amarnos, a confiar y a escucharnos a nosotros mismos.

Tal vez perdimos la fe en nuestra capacidad de pensar porque los demás nos dijeron que no somos capaces de pensar ni de tomar las decisiones correctas, nuestros padres pueden haber provocado esto directa o indirectamente cuando éramos niños. Pueden habernos dichos que éramos tontos, o puede ser que hayan tomado las decisiones por nosotros, quizás criticaban todas las elecciones que hacíamos. Se ha menospreciado la inteligencia de las mujeres, pero eso son todo tonterías. No somos tontas. Las mujeres podemos pensar. Los hombres pueden pensar. Los niños pueden pensar. Podemos pensar, nuestras mente funcionan bien. Podemos discurrir. Podemos tomar decisiones. Podemos decir que queremos y que necesitamos hacer y cuando es el momento de hacerlo.

Recuerda: las decisiones tomadas no tienen por qué ser perfectas. No tenemos que ser perfectos. Ni siquiera tenemos que ser casi perfectos. Podemos ser simplemente quienes somos. Podemos equivocarnos en nuestras elecciones. Forma parte del vivir.

Podemos aprender de nuestros errores, o sencillamente podemos tomar otra decisión.

Las siguientes sugerencias pueden ser de ayuda para lograr más confianza en nuestras capacidades mentales:

- 1) Regalemos un poco de paz a nuestra mente, desapeguémonos, tranquilicémonos, si estamos afrontando una decisión, ya sea pequeña o grande, pongámonos en paz primero y luego decidamos. Si realmente no somos capaces de tomar una decisión en un día determinado, evidentemente no es el momento de tomar esa decisión, cuando llegue su momento seremos capaces de hacerlo, y de hacerlo bien.
- 2) Dejamos de maltratar nuestras mentes, la preocupación y la obsesión constituyen un abuso mental. Deja ya de hacer esas cosas.
- 3) Alimentemos nuestra mente, obtengamos la información que necesitamos sobre los problemas y las decisiones, demos a nuestras mentes una cantidad razonable de datos y luego dejémosla escoger, obtendremos buenas respuestas y soluciones.

Michelle ____ de NA Perú



Acción es la palabra mágica

Narcóticos Anónimos ha sido descrito como un "programa de acción". Tal es así que una de las frases más escuchadas en las reuniones cerradas es "acción es la palabra clave". Algunos de nosotros (me incluyo) en nuestros primeros meses o años de abstinencia asociamos esta "acción" con un ir y venir constante: asistir a reuniones, hacer servicios, formar parte de comités de servicios, hablar en reuniones públicas, etc.

¿Pero esta es la acción a la que se refiere el Programa de NA? ¿La acción del Programa está dirigida esencialmente hacia afuera? ¿No será conveniente enfocar gran parte de esa acción a un trabajo personal, a un profundo trabajo interior mediante los Doce Pasos?

Espero que se pueda ver ahora claramente que el programa de acción de NA no es aquel constante ir y venir a menudo imaginado por los principiantes, ni tampoco los incansables esfuerzos para

llevar el mensaje a otros adictos. La acción, de hecho, se concentra en su mayor parte en el ser interior e involucra sus sentimientos y valores más profundos. Únicamente tres de los Pasos, el Quinto, el Noveno y el Duodécimo, se refieren a otra gente. Los demás tienen que ver con la vida interior del adicto. No obstante, el último resultado de observarlos es, por así decirlo, poner lo de dentro fuera; o sea, hacerlo apartar la mirada de sí mismo y dirigirla hacia los demás.

El egocentrismo... es la raíz de nuestros problemas. Y una de las primeras pruebas de la transformación básica de la personalidad del adicto en recuperación es el ofrecerse, lenta, vacilante, temblorosa pero persistentemente, a los demás.

Anónimo

¿Me estoy recuperando?

1. Yo sé que soy digno de ser amado a pesar de mis defectos.
2. Tengo autodisciplina.
3. Soy honesto.
4. Yo soy fiel a mis valores.
5. Yo soy responsable.
6. Yo me conozco: lo que son mis valores y lo que quiero.
7. Puedo hablar de mis sentimientos.
8. No me siento más necesitado.
9. No tengo miedo de estar solo.
10. Cuando estoy solo no me siento solo.
11. Tengo una vida activa y plena.
12. Cuando estoy en una relación íntima aún tengo otros intereses.
13. Hago cosas buenas para mí, así como los demás.
14. Puedo recibir, así como dar.
15. Hago cosas creativas.
16. Ya no me comparo con otros.
17. Yo puedo defenderme.
18. Puedo decir "no" cuando es apropiado.
19. Estoy creciendo y progresando en mi vida.
20. Estoy contribuyendo para con la humanidad.
21. Me he rodeado con personas sanas.
22. Me siento conectado a mí mismo y al mundo.
23. Me siento querido por mucha gente.
24. Me siento como una persona completa.
25. No me gusta el rechazo, pero puedo manejarlo.
26. YA no sobre-reacciono a las críticas atacando o poniéndome a la defensiva.
27. He procesado la mayor parte de mis sentimientos acerca de mi infancia disfuncional.
28. Yo no estoy enojado todo el tiempo sobre mi pasado.
29. No me siento culpable todo el tiempo acerca de los errores que he hecho.
30. Puedo manejar la adversidad sin desmoronarme.
31. Puedo terminar una relación no saludable.
32. No me siento suicida cuando terminan las relaciones.
33. Tengo algunas técnicas de manejo del estrés.
34. Me siento bien conmigo mismo.
35. Tengo equilibrio en mi vida. Sé cómo encontrar el punto medio.
36. Yo sé lo que quiero, pero no soy adicto a conseguirlo.
37. Tengo la estructura, pero también soy flexible.
38. Tengo personas de confianza en mi vida.
39. No tengo que controlar todo y a todos en mi vida.
40. Puedo discutir con alguien sin atacarlo o dándole el "tratamiento" del silencio.

Anónimo



EL SALVADOR
VII CRENA - "Vivo En Libertad Manteniendo Viva La Llama de NA"
 10, 11 y 12 de Agosto 2012 - Hotel Alameda - San Salvador.
 Contacto: Teléfono: (503) 2223-2796 website: www.naelsalvador.org



MEXICO OCCIDENTE
CROMEX 11 - "El Viaje Continúa... Hacia La Libertad" -16,17,18 y 19 de Agosto 2012 - Guanajuato-Leon-México. - Hotel San Francisco.Contacto: laglorietana@hotmail.com. Teléfono:62*258111*3



COLOMBIA
XXI CRENA - "Recuperación Sin Límites". Cartagena: 18, 19 y 20 de agosto 2012. Hotel y Auditorio Dorado Plaza, Tel. 57-5-311-4246557, convención.regional@nacolombia.org.



HONDURAS
II CRENA 2012 - "Recuperación y Diversión Paso a Paso". 14, 15 y 16 Septiembre 2012. Hotel Victoria, San Pedro Sula.
 Información: 504-9810-0808. Email: crenahon@nahonduras.org



Costa Rica
XVII CRENA 2012 - "Vivo En Libertad Manteniendo Viva La Llama de NA" 19, 20 y 21 Octubre 2012 - Hotel Martino Resort - La Grita de Alajuela. Contacto: convenciones@nacostarica.org



Baja Costa: Leon - México - Tijuana
XX CBCNA 2012 - Convención del Área Baja Costa:"Dos Décadas de Esperanza". 26, 27 y 28 de Octubre de 2012. Tijuana B.C. Mexico.
 Información México: Rafael S. 664-230-4504 U.S.A.: Bill Q. 909-263-2294



REPUBLICA DOMINICANA
XI CRENA 2012 - "Una Luz al Final del Camino". 9, 10 y 11 Noviembre 2012. Hotel Don Juan Beach and Resort. Playa Boca Chica, Rep. Dom.
 Información: 1-809-958-0603. Email: convencion@nadominicana.org



VENEZUELA
VII CRENA 2012 - "Capaz de Salvar Vidas".16, 17 y 18 noviembre 2012 Puerto La Cruz, Estado Anzoátegui.



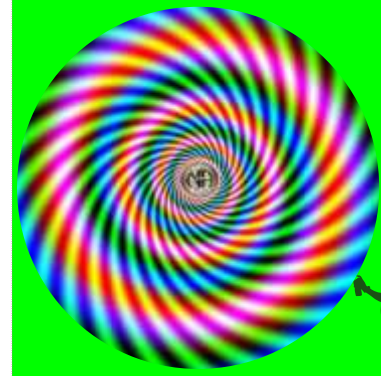
ARGENTINA
XX CRANA Argentina: "20 Años en Libertad".23, 24 y 25 Nov. 2012 Hotel del Sindicato de Luz y Fuerza, Villa Giardino, Córdoba.
 Contacto: email: adrianamdlbucciarelli@hotmail.com



URUGUAY
XIII CRUNA - "Juntos Podemos". 30 Noviembre a 2 Diciembre 2012. Paso Severino, Florida
 Contacto: Andrea O. 091 078 880, Javier M. 096 519 063.

¡Envíanos las actividades de tu región para que toda Latinoamérica se entere!
infoLatinas@gmail.com

NAARTIE



...Viene de la edición anterior (segunda parte)

Mi nombre es Virgilio y soy adicto.

Recuerdo que cuando me fue transmitido el mensaje estaba padeciendo de una de las últimas resacas que viví. Un amigo mío, ex compañero de escuela con el que sostenía relaciones de trabajo, se encontraba por este motivo en mi oficina.

En un estado como el que atravesaba en esos momentos, sentía una enorme necesidad de comunicación. Puedo afirmar que en realidad este síntoma lo padecí toda mi vida, pero siempre un impulso irrefrenable de mentir, una necesidad de ser aceptado por otro ser humano y un temor permanente al rechazo.

-Tengo una resaca fatal –fueron las palabras con que inicié nuestro diálogo.

Mi amigo alzó la vista, se me quedó mirando unos instantes y me dijo:

-Pero tú no tienes problema con tu manera de consumir. Yo sí soy adicto.

-Yo también –contesté inmediatamente.

Estaba muy lejos de sentirme un adicto. Por esas fechas ni siquiera sabía que la adicción es una enfermedad incurable, progresiva y mortal. Sin embargo la frase que inconscientemente pronuncié era producto del deseo que siempre tuve de poder despertar en los otros seres humanos algún sentimiento de preferencia, de admiración y, de no ser posible, aunque fuera de lástima.

Mi amigo comenzó a relatarme vivamente diversos episodios de su vida en carrera. Por mi parte no lograba comprender su intención. En esos tiempos estaba viviendo una etapa de la enfermedad en la que tenía una enorme tolerancia hacia las drogas. Hacía ya algunos años que, siendo un consumidor compulsivo, había acudido a la ciencia médica y había estado sujeto a un tratamiento a base de medicinas. En esta etapa, dolorosa por cierto, fui víctima de una neurosis permanente, de miedo e inseguridad manifiestos en todos los momentos de mi vida. Recuerdo que, después de seis meses de abstinencia, un problema circunstancial de trabajo me había hecho volver a consumir. La resaca fue verdaderamente brutal, fui víctima de una angustia enorme y de diversos malestares físicos. En esta época, también, afloraron en mí claros síntomas de hipocondría. A esta secuencia de consumo irrefrenable sucedió otro, ahora por problemas familiares. Definitivamente sentía que era una gente descompensada en la vida, que tenía que huir usando como vehículo de escape las drogas porque mi realidad personal y circundante me parecía insoportable.

Mi propia persona no me gustaba. Deseaba ser diferente, había querido ser fuerte físicamente y era un alfeñique; había deseado ser un hombre de valor y vivía atormentado por el miedo; aparentaba ser una persona segura, un hombre de carácter, y sin embargo intuía que mi realidad estaba en contraposición a esos deseos. Para compensar toda esta serie de carencias que percibía en mi persona desde la adolescencia, había descoyuntado el instinto de seguridad y me había convertido en un avaro, en un ambicioso insatisfecho que buscaba compulsivamente triunfos materiales para esconder tras murallas de ficción y fantasía una personalidad atormentada.

La realidad que me rodeaba hubiera satisfecho la ambición de cualquier persona normal. Había realizado algunos logros materiales y, sin embargo, vivía insatisfecho, vivía temeroso, vivía desconfiado, como un espía en territorio enemigo. Desde niño busqué fugarme de mi propia realidad, desbordando con fantasías una mente que se negaba a aceptar aquello que los sentidos estaban viviendo.

¿Cómo huir de ese desasosiego crónico? ¿Cómo escapar de esa realidad lacerante? ¿Cómo lograr trascender ese inmenso sentimiento de soledad, ese vacío permanente de mi propia vida? ¿Cómo lograr una correcta aceptación a un mundo que parecía superior a todas mis fuerzas?

Frustración constante al sentir la impotencia para vivir. Solamente con mis “amigos de consumo”, cuando la fantasía adquiría algunos visos de realidad y lograba la fuga, podía sentirme compensado, pero invariablemente, llegaba el amanecer y con él la confrontación con mi realidad.

Mi amigo supo desde los primeros momentos que se estaba enfrentando a un ególatra, a un soberbio, y tuvo que hacer uso de toda su tolerancia para poder transmitir el mensaje. Así logró llevarme al Grupo.

Anónimo



Visión

La visión del INFOLATINAS es llegar a todos los miembros de NA de Latinoamérica con los proyectos del FZLA. Establecerse como medio de enlace periódico de todas las regiones miembros del FZLA; reducir la distancia, a través de la difusión y divulgación de la actualidad de cada una de ellas, compartiendo la vivencia de los grupos y sus miembros, sus historias, eventos y proyectos, para fortalecer los lazos que nos unen.

Misión

Promover el intercambio de información, la creatividad, la cooperación y la hermandad entre las regiones participantes del FZLA. Incentivar el sentido de pertenencia a la confraternidad a través del conocimiento de las realidades de las regiones latinas, sus grupos y miembros. Condensar la información en un solo producto y ponerla al alcance de todos los miembros de NA de Latinoamérica en su propio idioma.



RUMBO A LA XI CLANA
7-8-9-10 NOVIEMBRE 2013
 REPÚBLICA DOMINICANA - REGIÓN QUISQUEYANA
www.xiclana.com