



Editorial

Regresamos luego de un tiempo, gracias a la voluntad y ganas de nuevo compañeros que sumaron para que sigamos estando. Esta vez desde el área noroeste, junto con varios colaboradores formamos el subcomité de boletín y arrancamos.

La Yapa es una publicación amplia para servir a los miembros de Narcóticos Anónimos.

Las opiniones mostradas aquí intentan reflejar la filosofía de NA tal como es, pero pueden estar influidas por los puntos de vista particulares del autor de los textos.

Son bienvenidas experiencias, poemas, dibujos, ideas y noticias de nuestra confraternidad que con gusto publicaremos.

Gracias y Felices 24

Subcomité de Boletín
-AREA NOROESTE-

Participá - Comunicate



LAYAPA@NA.ORG.AR

EXPERIENCIAS



EXPERIENCIA CARLOS

Recuerdo en taller cuando nos preguntaron ¿quiénes éramos? que nos presentaremos ¿quiénes somos?

Recién llegado. No se me ocurría más que decir lo que hubiera querido ser y no coincidía con lo que pensaba que era. Casi humano, casi Carlos, casi padre, casi abuelo, casi Doc. .

Me ayudaron cuando escuché decir a alguien del grupo que era un hombre enfermo Pensé que yo era un discapacitado, internado, que no podía con nada y que solo estaba vivo de casualidad.

Un dependiente

Ni reconocía que era un drogón y de los fracasados.

Solo que no me podía drogar más si quería vivir. Y si quería vivir me tenía que quedar ahí.

Tampoco lo podía agradecer por que en algún lugar creía que dependía de mí y no confiaba en mí ni en nadie.

Mi poder superior, compañeros me sostuvieron y luego me llevaron a NA donde me llegó el mensaje que no estaba más solo para seguir con una vida, aún saliendo de ahí.

Nunca había estado solo lo que para mí fue una revelación. No sabía lo que sentía pero ahora me doy cuenta que empecé a confiar. Fue esperanza y fe.

CON EL TIEMPO ME AYUDARON A SOSTENER MI VIDA E IR ENCONTRANDO QUIEN ERA.

Sostener mi vida y mi tiempo limpio. Me guiaron, a pesar mío muchas veces, para que me fuera haciendo cargo de mi vida. ESTÁ MUY BUENO.

Hoy agradezco a mi poder superior, compañeros, padrino, programa y servicios que me siguen sosteniendo y enseñando a ser un hombre cada vez más honesto y responsable. Carlos, Gurí, un enfermo adicto en recuperación, padre y abuelo amoroso y valioso para nosotros. **NA de la que hoy me siento parte.** Gracias por dejarme compartir y servir.

// HOY AGRADEZCO A MI PODER SUPERIOR, COMPAÑEROS, PADRINO, PROGRAMA Y SERVICIOS.

02 EXPERIENCIA MARCELO

ESTE 26 DE NOVIEMBRE GRACIAS A LOS GRUPOS DE NARCÓTICOS ANÓNIMOS ESTARÉ CUMPLIENDO 21 AÑOS LIMPIO DE DROGAS , ESTOY MUY AGRADECIDO A MIS COMPAÑEROS, SIN ELLOS NO SÉ DONDE ESTARÍA, VALORO QUE SIGO HACIENDO SERVICIO, QUE DEDICO TIEMPO PRODUCTIVO DE MI VIDA AL SERVICIO DE N A .

Un día llegue a NA agotado de vivir, en el año 96. Tenía casi 25 años y me sentía vacío sin esperanza, no podía parar con mi consumo, era lo único que llenaba por momentos mi falta de fé. Podría contar muchas cosas de mi carrera activa y no sé si viene al caso, pero algo me sorprendió mucho, en NA redescubrí que a los 8 años tomé licor como agua y me gustó su efecto hasta alcanzar un coma alcohólico, creo que inconscientemente desde ese momento sabía que buscaría ese efecto que me sacara de mí. Cuando probé las drogas a los 15 años de edad, me dije, ¡esto es lo mío! Pasaron los años, lleno de postergaciones, de proyectos inconclusos, de ira, locura, de desprecio por mí, de querer ser el mejor entre los peores, hasta que un día pedí ayuda a un hermano que estaba en Narcóticos Anónimos, él tenía 1 año limpio, me dio un directorio y un lunes llegue al grupo de caseros. No entendí nada, pero lo único que quería era encontrar una salida a mi vida,

me costó mucho integrarme, eso lo logré cuando comencé hacer servicio en Hurlingham. Pasaron muchas situaciones en recuperación, buenas y muchas malas, divorcios, pérdidas de seres queridos, pero seguí viniendo, hoy me doy cuenta que estaba forjando un pasado sin drogas, que podía mirar a la cara sin miedo que me descubran quien era. En esta experiencia lo que más me gustaría transmitir, es seguir asistiendo a las reuniones, con éxitos, con fracasos, realizando un servicio que nos saque de uno mismo y pueda hacer algo por NA que en definitiva es por el compañero nuevo, el que atraviesa la puerta de un grupo desesperado, como llegué hace años.

SI HAY ALGO QUE ME MOVILIZA ES ESCUCHAR UN NUEVO QUE COMPARTE SU DOLOR, ME RECUERDA QUIEN SOY, DE DONDE VENGO Y DONDE NO QUIERO VOLVER, SOLO POR HOY.

**03 MI NOMBRE
ES JULIO**

PUDE TRANSFORMAR EL RESENTIMIENTO EN ACEPTACIÓN, LA IRA EN AMOR Y EL MIEDO EN FE.

Mi nombre es Julio, soy adicto y llegué a mi primera reunión de NA el 14 de abril del 2015. Tenía 42 años y hacía más de diez que consumía sin poder parar. Mi psicóloga ya no sabía qué hacer, mi psiquiatra no paraba de medicarme y se me sugirió ir a una reunión. Llegué habiendo perdido una pareja que falleció de sobredosis, un

diagnóstico de V.I.H+ desde que tenía 18 años, mi sexualidad absolutamente desdibuja y una infancia llena de dolor y silencio. Crecí con la idea que decir lo que sentía y pensaba me ponía en peligro. El ser gay me hacía vulnerable y mostrarme no era una opción. Aposté al silencio y la mentira; y me hundí en un mundo de soledad. Cuando llegué a esa reunión ya había pasado por varias sobredosis, internación en hospitales y centros de desintoxicación pero nada detenía la progresión de mi enfermedad. Junté un tiempo limpio de 3 meses y 24 días y volví a consumir. Tenía un padrino, asistía regularmente a las reuniones, escribía el programa y hacía servicio, pero no era honesto y eso era fundamental para entrar en recuperación. En las reuniones había conocido a varios compañeros que estaban internados, les pedí ayuda y pude internarme. En esa fundación que hoy es mi casa puede parar de consumir, solo por hoy, fortalecí mi relación con mis compañeros de NA que son mis amigos, pude revisar mi propia historia, aceptar mi pasado y todo el dolor que había vivido. Pude, a través del programa, perdonarme y perdonar, reconocer que mi vida estaba tan llena de mentira y de la misma hipocresía que tanto criticaba. Dejé de hacerle el cuarto pasó al resto del mundo y

pude revisar mi propia historia, aceptar mi pasado y todo el dolor que había vivido. Pude, a través del programa, perdonarme y perdonar, reconocer que mi vida estaba tan llena de mentira y de la misma hipocresía que tanto criticaba. Dejé de hacerle el cuarto pasó al resto del mundo y empecé a mirarme más a mí que al resto. Hoy estoy en mi etapa laboral de internación y próximamente tendré mi alta. En pocos días voy a visitar a mi Sobrinito que está por cumplir su primer año de vida. *Gracias a la recuperación y al milagro que produjo en mi puedo ser un tío presente*, un hijo amoroso y un hermano con el que se puede contar. Ya no soy, solo por hoy, el foco de los conflictos sino alguien que aporta soluciones. Mi vida no es perfecta; en veinte días me entregan los resultados de una biopsia pero los espero con fe en un poder superior que quiere lo mejor para mí. *Pude transformar el resentimiento en aceptación, la ira en amor y el miedo en fe*. Trabajo Día a día Mi contacto consiente con un poder superior a través

superior a través de la oración y la meditación. Reviso mi espiritualidad a diario entendiendo que la misma no tiene que ver con cuantos padre nuestro recito, sino con cuantos te quiero dije en el día, cuantos abrazos me permití, cuanto amor y consideración puse en medio de mis relaciones. Rezar suma, claro, pero lo otro es fundamental. Aprendí a aceptar mi enfermedad y a un mundo que no siempre me gusta pero es lo que es y no lo que yo quiero que sea. Entiendo que la forma de transformar al mundo es cambiando yo mismo y ese es mi aporte fundamental. Hoy, me reconozco como un hombre libre, honesto, responsable, amoroso y valioso. Soy portador de algo más valioso que un virus, tengo un mensaje de fe y esperanza y es valioso por el simple hecho de ser mío. Si este milagro que obra sucedió en mi vida ¿porque no pude suceder en la tuya? HOY TENGO PARA COMPARTIR CON USTEDES Y GRACIAS A USTEDES, A DIOS, EL PROGRAMA Y AL AMOR DE MIS COMPAÑEROS: **11 MESES Y 14 LIMPIO Y EN RECUPERACIÓN SÓLO POR HOY.**

04SEGUIR VINIENDO: EL REGALO DE MI PODER SUPERIOR



Seguir Viniendo: El regalo de Mi Poder Superior

Soy José, un adicto. Cuando llegué N.A en julio de 1997, solo había en mi vida un desagradable sentimiento de culpa, vacío, impotencia, falta de fe y descreimiento de que mi vida pudiera tener algún cambio, sólo Llegue (me trajeron).

Al pasar por la puerta y sin darme cuenta ya había empezado el cambio.

Sólo tuve que quedarme, afuera estaba todo mi pasado, dentro de la reunión, la posibilidad de verlo, aceptarlo y seguir adelante.

Empecé a creer, a través de los otros que se podía; seguí viniendo, y empecé a ver que yo también podía creer, cambiar, sostener y seguir cambiando.

Todo lo que parecía imposible, empezó a dejar de serlo, se torno más cerca y lograble.

Reunión, servicio, el mensaje de los compañeros a través del programa, fue mi base, hasta que pude entender que mi Poder Superior me daba todas estas herramientas y que con Él, todo resultaba más aliviado.

El proceso no fue sencillo, no fue rápido, la negación de siempre a través de mi enfermedad volvía, pero la asistencia, los compañeros y sus palabras de Fe y Esperanza lograban renovar el esfuerzo en mí.

El consumo de drogas empezó a quedar cada vez más lejos y la vida tal cual es tomó fuerza.

Fue recién ahí, que pude ver que yo necesitaba seguir viniendo, que mi enfermedad no giraba "sólo entorno a las drogas";

Aprender a Vivir una Nueva Vida, escuchando y practicando y luego escribiendo y practicando (con muchas equivocaciones) para volver a practicar y lograr el Cambio y sostener.

La familia volvió (fue una opción), los hijos crecieron, el trabajo perduró y yo pude aceptarme y perdonarme sólo x hoy. Pero ese no fue el regalo de mi Poder Superior.

!!El verdadero regalo de mi Poder

Superior fue permitirme Seguir Viniedo!!

"El proceso no fue sencillo, no fue rápido, la negación de siempre a través de mi enfermedad volvía, **pero la asistencia, los compañeros y sus palabras de Fe y Esperanza lograban renovar el esfuerzo en mí.**

Sólo a través de la concurrencia, el compartir y el pasar el mensaje, mi espíritu se reconforta y da sentido a mi Vida.

José

UNIDOS SIN

FRONTERAS

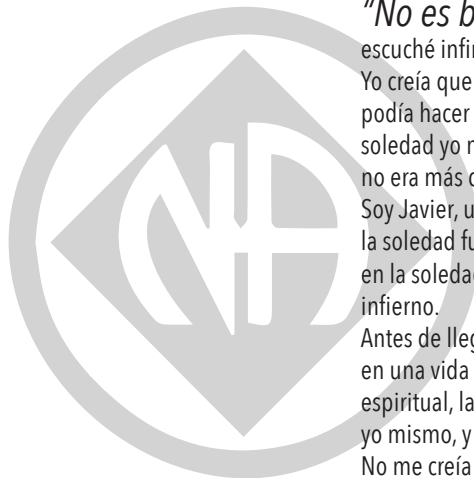
Unidos Sin Fronteras

"No es bueno que el hombre este solo". Esta frase la escuché infinitas veces en mi vida y siempre pensé que era una tontería. Yo creía que me gustaba estar solo, que en esos momentos en soledad yo podía hacer lo que quisiera sin que me importen los demás, en esa soledad yo me creía libre. Esa soledad que yo pensaba que me hacía feliz, no era más que otro engaño de mi enfermedad.

Soy Javier, un adicto que trata de estar en recuperación; mi concepto de la soledad fue cambiando con el tiempo, el "bienestar" que encontraba en la soledad se transformó (con tiempo y sustancias) en mi peor infierno.

Antes de llegar a mi primera reunión de NA mi vida se había convertido en una vida de soledades; soledad física, soledad emocional y soledad espiritual, la única persona con la conversé durante casi nueve meses fui yo mismo, y sin saberlo, mi enfermedad.

No me creía parte de nada ni de nadie, familia, amigos, barrio, sociedad,



ni siquiera de este mundo. Había intentado casi todo para ser parte de algo, para alcanzar un sentido de unidad con algo o alguien, pero por más que lo intentara no lo lograba.

Esa soledad y bancarrota física, mental y espiritual me llevó a no desear esta vida y tampoco tener el coraje necesario para quitármela. En una noche (o día), pensé en darme una nueva oportunidad, en realidad de darle una nueva oportunidad al mundo y a la vida.

Llegue a este programa un 11 de Septiembre- De esa primera reunión solo tengo dos cosas grabadas en la cabeza: un grupo de personas como yo que estaba ahí sin que nadie las obligara, parecía que la pasaban bien y una frase que sin saberlo me marcaría -No estás más solo-. No sé qué pasó ahí, pero era la

primera vez en mi vida que me sentía parte de algo o alguien, sentí que algo importante estaba pasando, que estaba en armonía y unidad conmigo mismo y con otras personas (que ni siquiera conocía).

En una parte de la literatura de NA dice "hasta que no nos integramos en el servicio no nos enteramos que la recuperación personal depende de la unidad de NA".

Yo no comprendía eso si bien lo leía o escuchaba, hasta que por "sugerencia" (más bien una orden) de mi padrino de ese momento comencé a servir. Realmente la unidad de NA comienza a tener una nueva dimensión a través del servicio. Mi perspectiva de la confraternidad, de mi propia vida y de las demás personas cambió.

Hoy escribo estas líneas desde mi

primer viaje fuera de Argentina gracias a NA, gracias al servicio tengo la posibilidad de conocer un país que no conocía y poder disfrutar de compañeros que hablan el mismo idioma que yo, aunque las palabras sean diferentes, hablan el idioma de la recuperación, el idioma del amor, el idioma de Narcóticos Anónimos.

Quiero expresarles mi gratitud, mi infinito amor por este programa que no solo hizo que pare de consumir sustancias, que pierda el deseo y tenga una nueva forma de vida. Este programa hizo que tenga personas como yo en cualquier parte del mundo que están para ayudarme sin pedir nada a cambio. **Adictos en recuperación, adictos en Unidad, Sin Fronteras.**

CAJA DE HERRAMIENTAS

- Esto es solo por hoy
- No a la primera pase lo que pase
- No a la gente del palo
- Manos y mente ocupada
- Buena voluntad, honestidad, y receptividad
- Llamar a los compañeros y compañeras
- 90 dias - 90 reuniones
- Elegir un padrino o madrina
- Escribir el programa
- Desprenderme de las reservas
- Llegar a creer en un poder superior

CANCION

" ESTAR LIMPIO "

Mucho tiempo he peleado, discutido con mi ser
 He perdido lo ganado y hoy ya no quiero perder
 He llegado derrotado, sin creencia, amor ni fe
 Mi cuerpo esta vació, la adicción de no saber

Miro tus ojos hoy y me he dado cuenta que estas aquí
El tiempo sabe que estar limpio me da fe que creo en mí

Y si me fui y volví agradezco estar aquí
Sólo yo puedo vivir pensando en mí
Y si me fui y volví agradezco estar aquí
Sólo yo puedo vivir pensando en mí

He curado las heridas día a día y está bien
 Encontrar el rumbo hermano, un padrino y un poder
 Esta lucha es para siempre, esta es mi enfermedad
 Aprendiéndola a enfrentarla sin herirme nunca mas

Miro tus ojos hoy y me he dado cuenta que estas aquí
El tiempo sabe que estar limpio de da fe que creo en mi

Y si me fui y volví agradezco estar aquí
Sólo yo puedo vivir pensando en mí
Y si me fui y volví agradezco estar aquí
Sólo yo puedo vivir pensando en mí

Pensando en mi pensando en ti
 Pensando en mi pensando en ti
 Pensando en mi pensando en ti

JUANOMAN



CARTELERA DE SERVICIOS

ÁREA NOROESTE:

IP y HEI 2do del mes 20:00 a 21:30 hs. Isabel la Católica 726, Hurlingham.

CONVENCIÓN: 1er jueves del mes de 20:00 a 21:30. Isabel la Católica 726, Hurlingham.

Subcomité boletín "LA YAPA" 3er lunes del mes de 20 hs a 21:30 hs. en Belgrano 1257, San Miguel.

ÁREA NORTE:

IP y HEI 2do martes del mes en Clark 774 de 20 a 22 hs.

ÁREA METRO:

HEI e IP 3er sábado del mes de 16 a 18hs en San José de Calasana 1059, Parque Chacabuco.

HEI 2do Y 4to Miércoles de 19:30 a 20:30 hs, en Hospital Ameguíno, Córdoba y Agüero, CABA.

Línea informativa: 2do martes de cada mes en Yerbal 2451, Flores de 19:30 a 20:30.

ABRIL

2 DE ABRIL

FORO DE SERVICIO

AMOR UNIDAD Y GRATITUD

FORMATO : paneles de distintos servicios
HORARIO: 09-18 hs

BUFFET : económico y saludable

DIRECCIÓN : almirante Brawn 157, Tortuguitas

1 DE ABRIL

FIESTA DE 15

SIGAMOS ESCRIBIENDO

TRINI

15 ANIVERSARIO

CENA; parrilla

Menú vegetariano

Buffet económico

Show de luces

Concurso de baile

DIRECCIÓN, Arias 4745/47

Entre Muller y Lugones

Asociación de Fomento y cultura Villa Cerini

Entradas..\$70

Contactos..1140268955

1128866037

1158935591

26/27/28 de mayo

CONVENCIÓN REGIONAL ECUATORIANA

ECUADOR

BUSCANDO LA UNIDAD""

CRENA. X X

PUYO 2017

LUGAR: Federación deportiva de Pastaza Roberto Basuri.R

DIRECCIÓN : AV FRANCISCO de Orellana y Cumanda.

pabellón de Deportes.

CONTACTOS:(593)991985375

(593)990520451

(593)983469741

//www.grupos Ecuador.org/

www.Facebook.com/Puyo2017

MARZO

17,18,19 de marzo

CAMPAMENTO ÁREA QUILMES

Temática: Rendirse para ganar

Pileta paneles.-paneles-fogón

Dir.predio lapen-ruta2-km42

Entradas:

Julio.:1553047987/id.132*312/

Lucas:1557135241/id.550*658/

Adriana: 1564242779/

Alan:1564242779

18 de marzo" jornada de

recuperación" grupo Pacheco.

Dirección.: hipólito Yrigoyen

250.gral Pacheco. Parroquia

purísima Concepción.

12 a 14 hs Grupos-14 hs

parrillas-juegos para niños-17

hs reunión abierta de ip.

Contacto: Miguel

1135009472/ Nahuel

1144797574.

MAYO

Talleres de aprendizaje:

1. "12 conceptos" miércoles 19/04/2017.

2. "Ambiente de recuperación en el servicio" miércoles 21/06/2017.

3. "conciencia de grupo" miércoles 16/08/2017.

4. "Los medios sociales " miércoles 18/10/2017.

5. "séptima tradición" miércoles/12/2017.

Lugar grupo San Miguel, Belgrano 1257, San Miguel. Horario de 20:00 21:00 hs.

12/05/2017

SUBCOMITÉ ÁREA SARMIENTO

BAILE PRE CAMPAMENTO

Hora: 22HS

Buffet: económico

Show : en vivo

Se rifará una entrada para el campamento. el cual será a la canasta para recién llegados hasta 90 días.

Dirección : sindicato municipal de Morón

San Martín 350 entre Buen Viaje y Mitre.