

BOLETÍN "ENLACE DE ESPERANZA"

BOLETÍN N° 7

Marzo 2025

Querida confraternidad Grupos de Familia Nar-Anon REGIÓN ECUADOR

"Los Grupos de Familia Nar-Anon son una confraternidad mundial para todos aquellos afectados por la adicción ajena."

Tomado del Preámbulo del S-300 (CSM 2021) Guía de los Servicios Locales", Pág. ii

INVITACIÓN: Si está sufriendo por el dolor de tener un familiar o amigo en adicción activa o en recuperación, le invitamos a formar parte de Nar-Anon. "No está solo". En nuestra confraternidad, encontrará un espacio y una silla esperándolo a través de los Grupos de Familia Nar-Anon, Región Ecuador.

CONFERENCIA DE SERVICIO MUNDIAL Nar-Anon 2025

Fecha: Del 25 al 28 de abril de 2025

Modalidad: Virtual

Nar-Anon Región Ecuador avanza hacia la Conferencia de Servicio Mundial (CSM) 2025, un encuentro bianual donde las regiones de todo el mundo se reúnen para discutir temas relevantes que fortalecen los principios y guías del programa. Durante este evento, se aprueba nueva literatura y se abordan aspectos clave para el bienestar común de la confraternidad.

Cada región participa con voz y voto a través de sus delegados regionales, elegidos por los grupos en asambleas. Además, cualquier miembro de Nar-Anon o Narateen puede asistir como observador a la CSM.

¡Los invitamos a todos a expresar su gratitud y amor hacia nuestra confraternidad!

COMITÉ DE SERVICIO REGIONAL

Animate a servir

Desde el mes de enero de 2025, el Comité de Servicio Regional se ha ido fortaleciendo con los miembros de nuestra confraternidad, llamando a cubrir vacantes: subcomité Narateen, el comité de traductores de habla hispana y el





delegado regional alterno. En caso de que desee formar parte de estos servicios, puede enviar un mensaje al 099 887 7539.

"El programa Nar-Anon y la confraternidad están allí para mí, gracias al servicio dado por otros miembros. Ellos pasan el mensaje y apoyan el Programa. Hoy me entrego al Programa porque sólo puedo mantenerme en recuperación, a medida que doy y prestó servicio a los demás." - Tomado del CEFE, Pensamiento para hoy. Pág. 352

SUBCOMITÉ DE PADRINAZGO

Invitación a Conversatorio

Fecha: 22 de marzo de 2025

Hora: 19:30

Oradora Invitada: María Cecilia

Tema: "La importancia de elegir un padrino en mi recuperación"

Únase a nosotros para este conversatorio especial, donde exploraremos el papel fundamental que tiene un padrino o madrina en el proceso de recuperación. La oradora invitada, María Cecilia, compartirá su experiencia y conocimientos para guiarnos en este tema tan relevante.



UN MIEMBRO COMPARTE

[Los 36 principios de Nar-Anon se basan en: 12 Pasos, 12 Tradiciones y 12 Conceptos](#), en esta edición iniciamos con Un Miembro Comparte sobre las **tres primeras Tradiciones** que son las siguientes:

"Nuestra experiencia de grupo sugiere que la unidad de los grupos de Familia Nar-Anon depende de nuestra adhesión a estas tradiciones."

1. Nuestro bienestar común debe tener preferencia, el progreso individual del mayor número depende de la unidad.	BIENESTAR
2. Para el propósito del grupo sólo hay una autoridad fundamental: un Dios bondadoso tal como pueda manifestarse en nuestra conciencia de grupo. Nuestros líderes no son más que servidores de confianza; no gobiernan.	BONDAD CONFIANZA
3. Cuando los familiares de los adictos se reúnen para prestarse mutua ayuda, pueden llamarse Grupo de Familia Nar-Anon, siempre que, como grupo, no tengan otra afiliación. El único requisito para ser miembro es el que exista un problema de adicción en un pariente o amigo.	INDEPENDENCIA AYUDA

Los compartires de los miembros de Nar-anon Región Ecuador no compromete a Nar-Anón como un todo.

En base a la Primera Tradición:

Un miembro comparte

"Saber que mi recuperación personal es importante para la confraternidad me ayudó a ponerme en primer lugar a mí mismo... Luego de años de exigir y rogar por la recuperación de mi amado adicto; en Nar-Anon entendí que mi recuperación también era importante para lograr un bienestar común en mi casa. Cuando empecé a entender este programa y ponerlo en práctica mi relación con mi amado adicto se transformó, y mi actitud ha sido atracción para el resto de mi familia... solo por hoy entiendo cómo se aplica la Primera Tradición en mi propia vida... Cuando me mantengo en recuperación estoy segura de estar aportando lo que me corresponde al bienestar DE MI HOGAR."

Un miembro comparte

"Nar-Anon me ha brindado un gran número de herramientas que me han permitido crecer a través de la práctica de los Principios Espirituales, así he aprendido a vivir de una mejor forma manteniendo un compromiso personal con mi recuperación. Pues antes de llegar a Nar-Anon mi vida era caótica envuelta en el torbellino de la adicción de mi querido hijo, y el bienestar que importaba siempre era el de él, no importaban sus acciones y cuánto daño ocasionaba a su alrededor, pues mi enfoque era salvarlo a toda costa sin importar lo que se iba perdiendo en el camino ni ha cuántas personas olvidaba, él se convirtió en mi Dios y en el Dios de los demás.

Al hacer los Doce Pasos, restablecí la unidad entre lo que pienso, siento y hago; unificándome yo puede ir enfocándome en mi bienestar personal y familiar, así restablecí la unidad que se había perdido en mi hogar, ahora todos tenemos la oportunidad de manifestar nuestras opiniones y sentimientos basados en el respeto mutuo, sin pretender que la razón de unos impere sobre la de otros, sino buscando un consenso donde todos tengamos la oportunidad de expresarnos sin lastimarnos, a pesar de vivir diariamente con la adicción activa. Aquí aprendí que si mi hijo no es responsable de su enfermedad si es responsable de sus actos y de asumir las consecuencias de ellos y que también puede ser responsable de buscar su propia recuperación, ya nuestras vidas no giran alrededor de él y su adicción, hoy y solo por hoy rompimos esas cadenas que nos robaron la libertad y le devolvimos la dignidad a mi querido hijo adicto para que así busque su camino a la recuperación.

También al practicar esta tradición restablecí una mejor relación con mis familiares, amigos, conocidos y compañeros de trabajo, pues había perdido el sano juicio y solo veía culpables de la adicción de mi querido hijo, hoy mis relaciones son basadas en reconocer, aceptar y valorar las cualidades de los demás.

Creo que lo más importante de aplicar esta tradición en mi vida es que he podido crecer en humildad y tolerancia, al asistir de forma constante y perseverante a un grupo de recuperación presencial y virtual me enseñó que somos iguales ante el dolor y sufrimiento que la adicción trajo a nuestras vidas pero que la igualdad en el dolor no nos hace idénticos; y, que todos tenemos diferentes procesos de recuperación, si estoy en una sala de recuperación es

para compartir mi dolor y apoyar al que sufre sin juzgarlo escuchando su compartir para fortalecerme internamente y al apoyarlo en silencio valoro sus sentimientos y me reconecto con su dolor.”

En base a la Segunda Tradición:

Un miembro comparte

“Estaba completamente segura que la autoridad máxima en mi hogar era yo, no había nadie que tenga más poder que el mío, demasiada soberbia y arrogancia para creer que podía controlarlo todo, que equivocada que estaba; y, solo la adicción hizo que me diera cuenta, no era yo la que dirigía los hilos de la vida, no dirigía ni la mía, ni la de nadie, mucho menos la vida de mi querido familiar adicto, nuestras vidas estaban en una constante lucha yo queriendo controlarlo para que el deje su consumo de drogas y él queriendo tener la libertad de elegir como vivir su vida.

Solo llegando a Nar-Anon se acabó esta lucha de poderes, aplicando en mi vida el segundo y tercer paso reforzándolos con la segunda tradición, que liberador fue poder reafirmar mi fe en un Dios bondadoso, un Poder Superior, el verdadero hacedor de nuestros destinos, el que realiza constantemente milagros, milagros que sanan, milagros que consuelan y saber que mi dolor no está fuera de su alcance que el milagro se da si sano todas mis heridas sin importar como y cuando se dieron. Mi milagro se dio al estar siempre en una sala de recuperación presencial o virtual ahí encontré la paz y la serenidad que tanto anhelaba en mi vida, sé que vendrán más milagros si sigo aceptando su voluntad, aunque en ocasiones no la entienda, pero es necesario aceptar, rendirme y entregar lo que no puedo controlar.

Aprendí que en una reunión de Nar-Anon está siempre presente el Poder Superior, y en una conciencia de grupo mucho más, porque cada voz es escuchada, se respeta una opinión y se brinda soluciones basadas en principios espirituales, nadie gobierna, tanto la mayoría, la minoría y quien se abstiene puede expresarse libremente, esto fomenta el respeto y la unidad y así como miembros todos compartimos la responsabilidad de tener reuniones saludables que permiten a la Confraternidad crecer y cumplir con su propósito primordial ayudar a los familiares de los adictos.”

Un miembro comparte

“Enterarme de la adicción de mi ser querido, hizo que mis defectos de carácter afecten a todos los miembros de mi entorno, en especial a él, a tal punto de querer controlar su vida al juzgarlo, criticarlo y tomar decisiones por él, supuestamente por y para su bien. Pero al entregar mi voluntad a mi Poder Superior, dejé de ser una madre controladora y pude permitir que se pueda expresar y que tome sus propias decisiones. Hoy lo acepto y llevamos una vida saludable, esto lo logré al soltar las riendas y entregarlas a Dios, hoy le amo con respeto y humildad, lo que me ha permitido que pueda disfrutar de un hogar saludable manteniendo un bienestar común.”

En base a la Tercera Tradición:

Un miembro comparte

“Identificarse con una persona es difícil debido a la singularidad de cada ser, y mucho más identificarse con un grupo. Sin embargo, cuando el dolor me llevó a una sala donde encontré a otras personas que sentían el mismo dolor —tener un ser querido en adicción—, fue algo maravilloso. Toda esa coraza con la que me defendía mental, emocional y espiritualmente cayó, permitiéndome sentir seguridad y libertad para expresarme. Encontré un sitio donde pude volver a florecer en esperanza, en fe y, sobre todo, en aprendizaje.

Llegar a Nar-Anon, desde la primera reunión, me liberó porque no tuve que llenar ningún formato; solo tenía que sentir ese dolor único que nos une a quienes llegamos a esa silla por primera vez. En los grupos de Nar-Anon encontré una nueva forma de vivir a través de mi crecimiento personal y, maravillosamente, en grupo.”

Un miembro comparte

“Nunca me hubiera imaginado que yo podría llegar a ser parte de un grupo que me ayudaría a recobrar mi cordura y serenidad.

El programa de Nar-Anon me permitió quedarme en una reunión y así poder elegir mi recuperación. Me recibieron con los brazos abiertos y me dijeron que el único requisito para ser miembro es que exista un pariente o amigo con problemas de adicción.

Al escuchar los compartires de los demás miembros, comprendí que tenían el mismo contexto que el mío, ya que todos los que estábamos en la reunión teníamos el mismo dolor y buscábamos ayuda. Aquí compartimos en primera persona, y me identifiqué con los demás miembros porque habíamos sido afectados por la adicción ajena. No damos consejos a nadie y nos enfocamos en nuestra propia recuperación, utilizando únicamente la literatura de Nar-Anon.

¡Qué maravillosa oportunidad que mi grupo base me permitiera quedarme! Siempre seré agradecida por la ayuda mutua que nos brindamos y, sobre todo, aprendí que la igualdad me da la oportunidad, en esta tercera tradición, de vivir y dejar vivir a los demás.”

ENLACES DE INTERÉS

<u>NAR-ANON REGIÓN ECUADOR</u>	Conozca nuestra Confraternidad
<u>GRUPOS</u>	Conozca los grupos a nivel nacional
<u>SÉPTIMA</u>	Conozca qué significa La Séptima

UN ESPACIO PARA USTED: Sea parte del Boletín

Le invitamos a compartir Experiencia, fortaleza y Esperanza; lo puede hacer a través de un texto, el mismo se presentará en este espacio. Envíe su texto al +593 98 493 6129 o al correo naranonecuador@gmail.com