

# LA REVISTA DE LOS DOCE PASOS



Edición bimensual de la hermandad de Familias Anónimas

PARA FAMILIARES Y AMIGOS DE PERSONAS CONSUMIDORAS DE DROGAS, ALCOHOL O CON PROBLEMAS DE COMPORTAMIENTO SIMILARES

VOLUMEN LXI

Septiembre-Octubre 2012

NÚMERO 5

## LÍMITES

Cuando mi hermano, E, comenzó a consumir a los 15 años, todos intentamos ayudarlo. Él vivía con mis padres y yo fui la primera en intentar razonar con él sobre sus elecciones. Pero rápidamente pasé a fastidiarlo y a intentar hacer su estancia en casa de mis padres lo más difícil posible, como desempleado y desertor escolar que era.

Llevé a mis padres a reuniones y empezamos a dar pequeños pasos en el mundo de los límites. Era mucho más difícil establecer y mantener límites cuando E era más joven. No podíamos quitarnos de la cabeza su imagen de niño. Es extraño, pero al pensar en mi hermano y en el problema en el que estaba, rara vez lo veía como el joven de casi 1,80 m que empujaba el coche de mi padre fuera del garaje para usarlo como transporte de drogas, sino en el niño a quien acostaba y leía cuentos en la cama. Puede sonar extraño, pero esto me hacía estancarme en el modo “debo proteger y salvar”.

A medida que pasaba el tiempo, mi paz mental y la paz mental de mi familia dependían tanto de la situación de mi hermano que se hizo imperativo que se curase. “Arreglarle” se hizo importante no sólo en su propio beneficio, sino en beneficio de la salud y la felicidad de todos nosotros.

“E” alternaba entre vivir conmigo y con mis padres como una pelota. Fue entonces cuando mi madre y yo comenzamos lo que ahora veo como el juego del rebote de límites. De alguna manera sentimos que estábamos trabajando nuestro programa porque habíamos impuesto nuestros límites y éramos capaces de

vivir con ello, porque sabíamos que estaba a salvo en casa de uno de nosotros, siempre escuchando el discurso amenazante y prometiéndonos “Metí la pata y nunca más lo volveré a hacer”. Al principio mi hermana formaba parte del plan, pero pronto dijo – ya no más – y se centró en sus asuntos. Recuerdo que me enfadé mucho con ella. No veía que ella estaba tomando control de la



única vida que realmente podía controlar. Me lo tomé como una persona menos para compartir la carga. El resultado fue que nuestra relación se deterioró. Estaba enfadada con ella, igual que con mi hermano mayor, quien nunca quiso ayudar con la recuperación de “E”.

Así siguió “E”, de acá para allá. Pasaron dos décadas, nada cambió. La relación de mis padres sufrió por no estar en “el mismo barco”. Me veo en un segundo matrimonio, enseñando a mi marido a reaccionar adecuadamente. La relación con mi hija se deteriora, en el trabajo me encuentro en la cuerda floja, y no mantengo las amistades. Sólo veo a mi otro hermano y a mi hermana en vacaciones. La salud de E empeora. La salud de mi madre empeora. Desarrollo un tic en el ojo izquierdo, y la mandíbula y la parte izquierda de del cuello se me paralizan

constantemente (por estrés). Y de alguna manera, por fin nos enteramos de que estamos ayudando a “E” a mantener su vida en las drogas, porque le damos seguridad, le alimentamos, le ayudamos a cambiar de coche...

Así que dejamos de jugar al rebote de límites. Han pasado unos 9 años desde que E no vive con ninguna familia. Ha pasado la mayor parte del tiempo en la calle. Se mudó al oeste. Le echo de menos.

Es triste para mí. Pero mis padres están mejor. Mi hermana me visitó recientemente para conocer a mi hijo recién nacido. El tic ha desaparecido, mi vida ha vuelto.

Otra reflexión acerca del tiempo y la energía que dedicamos a nuestros seres queridos adictos, es que de esta manera ellos no necesitan dedicarse a sí mismos ningún tiempo ni energía. La mayoría de la gente no aprende mediante consejos, se aprende pasando por algo.

Mi hermano me dijo una vez, después de pasar un tiempo en un centro de recuperación de Las Vegas, “Es alucinante lo diferente que vives tu vida cuando sabes que no tienes a nadie en quien apoyarte”. Estas palabras me ayudaron a mantenerme al margen de su vida y centrarme en la mía.

El poner límites no salvo a mi hermano de una vida en la droga, tampoco le salvó el no tenerlos. Pero el poner límites nos salvó a los demás.

En hermandad.

Lisa/NJ

*Presidente*

Marc M, Westfield, New Jersey

*Vicepresidenta*

George R, Lake Anna, Virginia

*Secretaria*

Renee S, Albuquerque, New Mexico

*Tesorera*

Alice Q, Thomasville, Georgia

MIEMBROS DE LA JUNTA:

Beverlee C, Bristol, Connecticut  
Ann P, Manlius, New York  
Lisa K, Bloomfield, Michigan  
Mary Ellen B, Madison, Wisconsin  
Ken H, Merriam, Kansas  
Robyn McN, Morganville, New Jersey  
Chris D, North Chesterfield, VA  
Art L, New Providence, NJ  
Donna D, Sayville, NY  
Suzanne McD, Boyton Beach, FL

LA REVISTA DE LOS DOCE PASOS

Publicada seis veces al año por Familias Anónimas

701 Lee St, Suite 670 Des Plaines, IL  
60016-4508

847-294-5877 800-736-9805 (solo EEUU) FAX: 847-294-5837

EMAIL:

[12steprag@FamiliesAnonymous.org](mailto:12steprag@FamiliesAnonymous.org)

EDITOR: Lisa W

Personal de la revista:

Judith H - Maggie B - Mary D

**PREVISIÓN DEL PRESIDENTE**

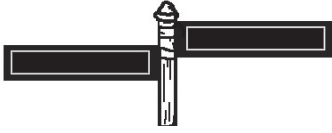
Recientemente me he sorprendido a mí mismo reflexionando sobre las maravillas de nuestro programa. Me enfrentaba a ciertos retos, algunos provenían de mi ser querido adicto y otros, de otros aspectos de la vida. En todos ellos, me sonaban continuamente las palabras de un querido amigo de FA “si no nos enfrentásemos a retos, nunca sabríamos en que punto del programa estamos”. Estoy agradecido por aquella experiencia y el compartir lo aprendido me permite ver los acontecimientos con perspectiva y me da la oportunidad de reflexionar una vez más sobre los regalos que recibimos cuando trabajamos una y otra vez nuestros Pasos. Un aprendizaje al que me aferro es “Conservamos lo que tenemos al compartirlo”, y es en esto en lo que me quiero centrar hoy.

A menudo, en medio de nuestros retos es fácil caer en la insensatez. Hasta ahora, según lo que he aprendido, la mejor manera que he encontrado para mantenerme en paz y serenidad es trabajando el Paso Doce. He aprendido que hay muchas formas de llevar el mensaje, una de mis preferidas es siendo padrino. Claro que reconforta hablar con otros fuera de la hermandad, o dar servicio en mi grupo o en la Junta Mundial de Servicio, pero nada reconforta tanto como el padrinazgo. En medio de los retos, uno de mis ahijados me dio la oportunidad de compartir como funciona el programa en mi vida mientras le veía a él avanzar en el descubrimiento y en el trabajo del suyo. En nuestras reuniones, la franqueza y la honestidad compartida nos ayudan a forjar las herramientas para la recuperación en las que todos nos apoyamos en nuestras pruebas. Le vi crecer a lo largo de su duro trabajo, con humildad y admiración. Por eso agradezco infinitamente el haber tenido la oportunidad de formar parte de ese proceso. Con esta experiencia pude volver a ver el programa con otros ojos. Se me ofreció el regalo de compartir una nueva experiencia en recuperación. Me renové.

Sin embargo, todo aquel que acepte el reto de apadrinar debe conocer el peligro que conlleva. Es el peligro de apropiarse del éxito y del crecimiento del ahijado. El éxito del ahijado no es propiedad del padrino. El padrino no posee el éxito del ahijado. El padrino no “trabaja” al ahijado. El trabajo del padrino, tal como lo entiendo, es el de compartir experiencia, fortaleza y esperanza, y ayudar al ahijado, a quien sirve, a descubrir su propio entendimiento del programa ¿Cuál es la diferencia entre un padrino que reivindicar el éxito de su ahijado y el reivindicar los resultados de su ser querido adicto? La respuesta es evidente, tanto el ahijado como el ser querido adicto, nunca podrán tener éxito sino son capaces de tomar las riendas. Si el padrino se atribuye el éxito, le roba al ahijado la oportunidad de crecimiento más importante.

La cuestión debe volver entonces a la comprensión fundamental del Paso Doce. Es la comprensión del mensaje y de cómo lo llevamos. Es un mensaje que ofrece a los demás la oportunidad de tomar sus propias decisiones. Es suya la decisión de asistir a las reuniones, de encontrar padrinos o de aprender el programa según su situación personal. Fundamentalmente, se trata de recordar a aquellos que apadrinan que nosotros no juzgamos la recuperación de nuestros ahijados. No somos su Poder Superior. Somos meros guías que hemos caminado por donde ellos caminan ¡Lleva el mensaje! El padrinazgo funciona cuando lo trabajamos.

Con amor en la hermandad,  
Marc M.



HOY UN CAMINO MEJOR

## RECIÉN LLEGADOS VICTORIA PERSONAL

Es una de esas noches en las que no puedo dormir. No estoy preocupada por nada, simplemente toca. Así que vengo aquí para compartir una pequeña victoria personal.

Anteriormente, he compartido mi frustración por haberme visto atrapada entre mi hijo y su padre (mi exmarido). He rezado por esta situación, pero no he encontrado solución.

Ayer, decidí realizar la llamada a tres y enfrentarme al problema en cuestión sin la frustración e irritación previas a descolgar el teléfono. Estaba tranquila. Escuché a mi hijo y sus peticiones. Escuché a su padre quién parecía derrotado y dispuesto a no continuar controlando a su hijo. Ambos querían que yo resolviera su conflicto. Les dije lo que estaba dispuesta a hacer y luego les dije a los dos que tenía que marcharme a hacer otras cosas. No me sentí manipulada. No me sentí con un peso encima. Me sentí fuerte antes, durante y después de la llamada.

Continué mi día disfrutando de mi nieta de 9 meses, enseñándole a hacer burbujas en la piscina. No tuve necesidad de compartir con mi hija las últimas noticias concernientes a su hermano y su padre. No había novedades.

La lección que aprendí ayer es que yo soy la creadora de mis propios males y deseos. Sentí una victoria personal y una vez más estoy agradecida a mi Poder Superior y a FA.

Paz para todos. Creo que ahora me puedo ir a la cama.

Margie De/grupo on line

## Principios por encima de personalidades

Para todo el que asiste a FA con regularidad, con suerte las reuniones son una fuente de fuerza, esperanza y consuelo. Cuando somos nuevos en el programa, nuestros problemas nos superan de tal manera que se hace difícil comprender los principios de FA. Con el tiempo, con estudio y diligencia, empezamos a darnos cuenta de que todas las lecturas y el trabajo de los Pasos tienen un propósito, y empezamos a recuperarnos. Las Cuatro Fuerzas Destructivas, los Doce Pasos y las Doce Tradiciones son las bases sobre las que construimos un grupo de FA saludable. Los grupos que no siguen estas directrices no son saludables y generalmente no sobreviven.

Recientemente, llegó al Comité de Apoyo a Grupos una situación relacionada con un miembro veterano de FA que estaba sembrando el caos en su grupo, los miembros se iban y estaba a punto de cerrar.

La Sra. X había asistido a FA durante 10 años. Era una veterana. En algún momento de su recuperación con FA empezó a desatender las Cuatro Fuerzas Destructivas y las Doce Tradiciones.

La situación empeoró de tal manera que se le pidió que abandonase los dos grupos FA de los que formaba parte. Lo hizo a regañadientes y después de muchas peticiones al cabo de meses.

Es importante recordar que si formamos parte de un grupo FA tenemos la responsabilidad con el grupo y con FA en su conjunto de hacer nuestro inventario y observar como afecta nuestro comportamiento a los demás y hacer las correcciones necesarias.

Basta tan sólo una persona para que un grupo no funcione. No permitas que esa persona seas tú.

Robyn M

Todas las lecturas FA mencionadas anteriormente pueden encontrarse en la web de FA

## ESCAPARATE DE LITERATURA DE FA DONES DEL ESPÍRITU

“Ahí está ese folleto, allí sigue en nuestra mesa de literatura ¿Qué tiene que ver *Dones del espíritu* conmigo o con mi problema? Da la impresión de que trata sobre la vida feliz e idílica de alguien, no sobre la mía”

Sorprendentemente trata sobre nosotros y es para nosotros. Muchos miembros de FA han descubierto en él una preciosa “filosofía FA” sobre el cambio que nos da esperanza para el futuro.

Los dones del espíritu provienen de la interacción de nuestro aprendizaje, crecimiento, rezo, anhelo, esperanza, a veces de la propia desesperación y de nuestro Poder Superior.

Aquí hay un mensaje que podemos leer una y otra vez durante nuestro crecimiento en el programa de FA. Los nueve dones que se explican nos dan la medida para evaluar y disfrutar los cambios que hemos hecho en nosotros mismos, la relación con nuestros seres queridos adictos, con familiares y amigos.

Hazte un favor a ti mismo y aprende sobre estos dones: Amor, Alegría, Paz, Paciencia, Amabilidad, Generosidad, Fidelidad, Delicadeza y Autocontrol. Tú también puedes ser “modelado y vigorizado por los dones del espíritu”.

Si esta obra aún no está en tu mesa, pide a tu responsable de Literatura que le solicite o cómprala tú mismo en

FamiliesAnonymous.org  
Dones del espíritu (nº1025) – 3,25\$



# INFORME ANNUAL 2012

El programa de FA es un programa de cambio y este año pasado ha sido uno de los más gratificantes y desafiantes para la hermandad. Nuestro tesorero ha informado de la fortaleza financiera que refleja el trabajo y la dedicación de vuestros leales servidores y el impresionante apoyo de los miembros cumpliendo los aprendizajes de nuestra Séptima Tradición. Al término del último año fiscal, estábamos más fuertes que nunca. Sólo podemos continuar por este camino con vuestras continuas donaciones personales y de grupo, así como con vuestras continuas compras de nuestra maravillosa literatura.

El único y mayor cambio que marcó el 2011/2012 fue el traslado de nuestra Oficina Mundial de Servicio OMS (WSO por sus siglas en inglés) desde California a nuestro nuevo hogar en Des Plaines, Illinois. Esta monumental tarea no se podría haber logrado sin el duro trabajo y la dedicación de los numerosos voluntarios y de los miembros de la Junta Mundial de Servicio (WSB por sus siglas en inglés). La mudanza fue mucho mejor de los que hubiéramos podido imaginar.

La literatura de FA es una de las más respetadas en su campo tal y como lo demuestra el volumen de compras por parte de centros de terapia para repartirla entre sus clientes. Una de las razones de este respeto se debe a la competencia de nuestro Comité de Literatura. Cada año, el comité se enfrenta al reto de crear nueva literatura para ayudar a nuestros miembros. Nos quedamos asombrados con las primeras entregas de la nueva serie basada en la lectura AYUDANDO. *Negativos en positivos* y *Miedo en fe* han sido felicitados desde su lanzamiento. Si tu grupo o tú aún no habéis añadido estas obras a vuestra biblioteca os ánimo a que lo hagáis. El Comité de Literatura nos ha prometido al menos tres entregas más de estas series.

Además de estas nuevas obras, el Comité de Literatura también ha terminado la revisión de AYUDANDO, *Del Dolor al sufrimiento*, la *Carta al recién llegado*, e importante literatura de información pública. No menos ambicioso ha sido llevar a cabo una nueva traducción al español de *Hoy un camino mejor*, que se espera publicar a principios del año que viene.

Paralelamente a la mudanza de la OMS, la Junta llevo a cabo el desarrollo y despliegue de la nueva página web de FA y de la tienda online. Según hemos podido comprobar más del 85% de aquellos que llegan a nuestra hermandad, lo hacen a través de búsquedas en

Internet. Por eso era importante disponer de una página web que proporcionase apoyo a nuestros recién llegados, así como para nuestros miembros y grupos, que fuera además fresca y dinámica. La página proporciona a los miembros nuevas posibilidades de búsqueda y gran riqueza de información y noticias sobre nuestra hermandad. También hemos empezado a incluir las ediciones más actuales de *La revista de los doce pasos* (12 Steps RAG en inglés) para que nuestros miembros la puedan descargar y usar.

La herencia de nuestra comunidad reside en nuestra propiedad intelectual. El año pasado vimos una completa captación, catalogación y creación de procedimientos que aseguren la protección de nuestros valiosos tesoros de manera que permanezcan disponibles para quienes vengan después de nosotros.

Un informe anual no sería completo sino incluyera las esperanzas de crecimiento futuro de nuestra hermandad. El Comité de Apoyo a Grupos está perfeccionando una encuesta que proporcionará a la Junta una mejor percepción de los miembros y de sus necesidades. Se trata de desplegar una serie de encuestas cortas a lo largo del año que viene. Esto ayudará al desarrollo de la literatura, al crecimiento de los grupos y a mejorar el uso de los recursos para servir a la comunidad.

Nuestro Paso Doce habla de la importancia de llevar nuestro mensaje, de haber tenido un despertar espiritual como resultado del trabajo de los Pasos de nuestro programa. Esto es crucial para el crecimiento de FA. Al comenzar un nuevo año fiscal tenemos todos mucho trabajo por hacer para ayudar al crecimiento de nuestra hermandad. Gracias a los esfuerzos del Comité de Apoyo a Grupos y de los Comités de Información Pública, estamos viendo el establecimiento de nuevos grupos y un fuerte crecimiento de muchos de los grupos ya existentes. Ahora tenemos caminos y oportunidades para llegar a otros con más poder del que nunca hubiéramos imaginado. Con estos caminos se abren oportunidades fascinantes. Una oportunidad es la creación de una oficina de comunicadores para responder a las numerosas peticiones que recibimos para que los miembros compartan su experiencia y como FA les ha ayudado. No se trata de portavoces de FA, más bien una serie de miembros que comprenden el reto de contar su historia dentro de los límites de nuestras Tradiciones.

Para terminar, no podía <sup>4</sup>faltar un

agradecimiento para el Comité de la Convención de Santa Ana 2012. Su experiencia y su duro trabajo estuvieron presentes en cada uno de los aspectos del evento. La Convención anual de Servicio Mundial es realmente una de las experiencias en recuperación más gratificantes a las que he tenido ocasión de asistir. Cada convención es una oportunidad para renovar y recargar mis pilas de recuperación. Sé que la energía que recibiré me ayudará a servir mejor el año siguiente.

Con amor en la hermandad,  
Marc M.,  
Un servidor agradecido

## ¡RESERVA LA FECHA PARA CONVENCION DE DALLAS!

Los Grupos del área de Dallas acogerán la Convención Mundial de FA 2013. Las fechas elegidas son del viernes 3 de mayo al domingo 5 de 2013, y el tema es “Rodeo de Recuperación”

La presidenta Judith O. dice que el comité ya está trabajando de cara a un evento impresionante. Tenemos una ciudad preciosa, con un clima ideal a principios de mayo, y nuestros miembros de FA están deseosos de ofrecer una formidable experiencia a nuestros compañeros de FA del mundo entero. Nos estamos centrando en ponentes y temas que llamen a miembros de todas partes. Por favor, reservad la fecha y planificad el reuniones con nosotros en un evento al estilo de Texas diseñado para alojar a los asistentes veteranos y a aquellos que vayan a asistir por primera vez. Tras la convención habrá recorridos opcionales que proporcionarán experiencias excepcionales.”

Se proporcionará un link en la web de FA a la web de la convención con información muy tentadora que será actualizada con regularidad.

¡No te la pierdas!

# REFLEXIÓN:

## PASO CINCO

*Admitimos ante Dios, ante nosotros mismos y ante otro ser humano, la naturaleza exacta de nuestros defectos.*

Cuando me miro en el espejo cada día, mis pensamientos tienden a lo que muchas mujeres piensan “Me he convertido en mi madre”. Sí, ahí están las líneas, las arrugas y la piel flácida, pero me refiero más al comportamiento. A pesar de haber tenido una infancia muy feliz, mi madre y yo comenzamos a chocar durante mi adolescencia. Entonces no supe verlo, pero ahora me doy cuenta de que probablemente tuvo un problema de ansiedad.

Hace poco tuve una revelación. Estaba paseando al perro, que es lo que hago normalmente para evadirme de la realidad que supone convivir con un adicto, aunque esta vez no funcionó. No podía liberarme de la ansiedad que sentía por algo relacionado con mi hijo (es curioso que no me acuerde de la causa de mi trauma). Entonces me golpeó – así se sentía mi madre muy a menudo. Por lo general su ansiedad tenía un impacto negativo en mí, ya que le llevaba a intentar controlarme de muchas maneras. Posiblemente ella nunca reconoció que tenía un problema de salud mental y que no necesitaba asistir a ningún grupo de apoyo/autoayuda por mí, tan sólo lo sufrió ¡Mi pobre madre! Esa fue la primera vez que fui capaz de sentir empatía con la mujer que yo sentía me había causado tanta tristeza.

Dentro de dos semanas voy a Pensilvania a visitarla, ahora tiene 94 años. Está en una residencia, algunas veces me reconoce y otras no. Recientemente ha comenzado a pedir a gritos que alguien le ayude ¿Será un recuerdo de la ansiedad que sufrió durante toda su vida?

Desde ahora y hasta entonces voy a meditar y espero poner en práctica con éxito los Pasos Seis y Siete. Entonces estaré preparada para el Paso Ocho. Le diré cuanto siento no haber sabido reconocer su dolor, por no ofrecerle ninguna ayuda, tan sólo discusiones, no albergo mucha esperanza de que entienda mis motivos o mi disculpa, así que le pido a Dios y a vosotros, mi familia de FA, que hoy ocupéis su lugar y escuchéis mi confesión. Por supuesto, ya no discuto con ella, pero quiero que sepáis que suelto todo el resentimiento que sentía hacia ella. Estoy libre de esas cadenas. Las personas que viven en casas de cristal, no deberían arrojar piedras.

Monica, Simsbury CT

## CORRECCIÓN DONACIONES DEL AÑO FISCAL 2012

En el informe fiscal de 2012 fue omitida por error una donación conjunta de 75\$ de los Grupos 1751 y 1618 de Endicott, Nueva York.

## Petición de propuestas

¿Tienes una historia que contar? Queremos escucharte. Envíanos tus poemas, arte, reflexiones, preguntas, biografías o historias de grupo.  
12steprag@familiesanonymous.org

## Qué curiosa es la vida

No es frecuente que yo tenga una historia interesante relacionada con mi ser querido adicto. El ir presumiendo por sus logros o experiencias, como muchos de mis amigos hacen con sus hijos hasta la saciedad, no es algo que haya tenido muchas ocasiones de hacer. Así que, queridos compañeros de FA, tengo una buena historia que compartir y me alegraría que la escuchárais porque sé que me vais a entender.

Mi hijo de 22 años lleva 18 meses en paro. Ha tenido alguna entrevista de trabajo, pero entre su poca experiencia laboral, su formación académica hasta secundaria y su poca motivación, ha sido imposible que le contrataran. La relación con su padre ha sido siempre tensa y distante. Hace una semana, de repente, su padre me llamó para decirme que nuestro hijo había aceptado su invitación para cenar esa noche y que quería comprarle un regalo ¿alguna sugerencia? Como no tiene dinero y necesita comer, le sugerí una tarjeta regalo de la bodega Subway.

Me pregunté brevemente como habría ido la cena, pero lo dejé porque me di cuenta de que no eran mis asuntos y estaba fuera de mi control. Al día siguiente recibí un mensaje entusiasta de su padre en el que me decía que la cena había ido realmente bien. Bravo, pensé. Entonces, anoche me llamó mi hijo para decirme que había ido a comer al Subway (con la tarjeta regalo). Mientras estaba allí escuchó al personal discutir porque un compañero acababa de dejar el trabajo. Acabó su almuerzo, rellenó el formulario, le llamaron para la entrevista y... ¡El lunes empieza a hacer bocadillos!

Cuanto más me aparto, me desapego y dejo la vida transcurrir, más veo cuan maravilloso es que no todo dependa de mí, y por supuesto, que todo está más en su sitio que nunca.

Susan/WA

# Liderando en el padrinazgo

¿Quién lidera en una relación de padrinazgo? ¿El ahijado espera que su padrino le guíe a lo largo de los Pasos? ¿El padrino espera a que llegue un ahijado que guíe la relación?

Cuando un nuevo miembro de Familias Anónimas conoce la posibilidad de tener un padrino, a menudo se pregunta cómo encontrarlo y cómo funciona la relación. Por supuesto, nuestra literatura puede ser de gran ayuda. *Familias Anónimas y el padrinazgo* (Nº 1020, 2.50\$ on line) proporciona algunas directrices y sugerencias para padrinos y ahijados. También la experiencia de otros miembros puede resultar de gran ayuda para los recién llegados. Y, por supuesto, ambos, padrino y ahijado, trabajaran juntos para desarrollar una relación única basada en sus propias experiencias y necesidades.

Los Pasos nos recuerdan que no podemos controlar el comportamiento de otros. Y los principios de FA también nos enseñan que cada uno de nosotros es responsable en primer lugar y sobretodo de su propia recuperación. Aunque el padrinazgo es una forma para que los miembros con más experiencia trabajen el Paso Doce, no sustituye al trabajo con nosotros mismos.

En mi experiencia como padrino y ahijado, he encontrado más eficaz dejar que el ahijado liderase la relación. Cuando busqué a mi padrino, elegí a alguien cuya experiencia fuera similar a la mía, alguien que “me hablase” a través de su compartir y su esperanza, alguien con quien pensé que podría comunicarme, y alguien con la serenidad que yo quería. Cuando me acerqué a él, me pidió tiempo para sopesar mi petición. Respeté su deseo, sabía que él entendía la importancia de ser padrino, quería ser justo con mis necesidades como ahijado y asegurarse de que podía comprometerse a apadrinarme.

Cuando accedió, me permitió establecer tiempo para nuestras conversaciones (las nuestras eran por teléfono, ya que yo pertenecía a una reunión on line). También me permitió guiar la conversación hacia temas que principalmente me atañían a mí. Me permitió que le enviase por escrito el trabajo de los pasos antes de nuestras conversaciones, así podíamos hablar sobre lo que yo había escrito.

He seguido su modelo cuando he apadrinado a otros. Les permito establecer las condiciones de la relación. Aunque a veces he mandado una breve nota de motivación o alguna petición, generalmente siempre les he dejado decidir cuando necesitamos comunicarnos, y si sería por correo electrónico o por teléfono. He sugerido enfoques de los Pasos, pero nunca he insinuado que mi forma fuera la única. Y cuando he respondido a preguntas, he tratado de hacerlo con mi propia experiencia, más que dando consejos concretos (“Esto es lo que yo hice” suena diferente de “Esto es lo que deberías hacer”).

Según mi propia experiencia las relaciones padrino/madrina-ahijado/a funcionan cuando el ahijado toma la iniciativa de buscar a su padrino, y luego guían la relación. De esta forma, el ahijado está en una posición estupenda para tomar lo que necesita y dejar el resto. Un ahijado no debe preocuparse de si otros en el grupo tienen padrinos, cuando se quiera un padrino, se busca. A mí me ha beneficiado la relación con mi padrino que ha ido siendo guiada según mis necesidades en cada momento.

Paul B, Reunión on line

## ¿Quiénes sois?

¿Quiénes sois? Os conozco. Nos vemos en las reuniones. A veces me acuerdo de vuestros nombres, otras no, pero os conozco.

Conozco el dolor de vuestro corazón por vuestros seres queridos.

Nos abrazamos y sonreímos con ánimo, nos preguntamos amablemente ¿Cómo estás? Esperando escuchar buenas noticias.

Nos reunimos por este profundo dolor en nuestro corazón... y por el profundo amor por nuestro ser querido... y por vosotros, amigos improbables. Y digo amigos improbables porque posiblemente no nos hubiéramos conocido de no ser por este profundo dolor y este profundo amor que nos han traído hasta aquí.

Semana tras semana compartimos la fuerza que tenemos con nuestros nuevos amigos.

Nuestras experiencias son diferentes, pero desgraciadamente muy parecidas. En algunos casos el ser querido progresa, tal vez no perfectamente, pero progresa, en otros casos no. Les queremos a todos.

Venimos por nosotros mismos y por los demás.

Con Dios, juntos encontramos un nuevo camino que no elimina el dolor pero nos lo quita del primer plano.

Gracias amigos de FA, estoy agradecida a mi hijo, porque si no fuera por él, no sabría quiénes sois.

Sandy C.  
Grupo 1806

## Donaciones en memoria

En memoria de nuestro querido miembro David D  
Grupo 579 Columbus, OH

Reunión on line: [www.tabw.org](http://www.tabw.org)

&

Reuniones sin muros: <http://tabw2.forumer.com>

## Ricos o pobres: ¿Qué más da?

El titular del periódico local de hoy me ha llamado la atención. La muerte de un millonario ha conmocionado mi ciudad. Había una foto de una pareja joven, él con esmoquin. La noticia decía que la mujer, de 48 años, había sido encontrada muerta en su casa de Londres. El marido había estado en recuperación. Según la noticia, eran millonarios y filántropos, y tenían una historia relacionada con el consumo de drogas. Se habían conocido en recuperación 25 años antes, y el transcurso de esos años habían sido detenidos. La conexión con mi ciudad se debía a que los padres de ella vivían aquí y se habían ocupado discretamente de los cuatro hijos de la pareja. Los abuelos habían sido interrogados en busca de información relacionada con la muerte de su hija en Londres.

La continua pobreza de mi hijo es algo que me cuesta mucho sobrellevar. Un querido amigo de FA ("T") me dijo al principio del todo que el salir de las drogas no resolvía necesariamente los problemas. He visto que era cierto. Los años pasan y nada cambia verdaderamente. Excepto que ahora lleva dos años fuera de la cárcel. Eso es bueno.

El lunes fue el cumpleaños de mi hijo ¡Qué viejo es! Le creí cuando me dijo que estaba alejado de las drogas. Aunque no le he visto en persona, las veces que le he llamado su voz siempre ha sonado clara y "en ello". No fue así en mi llamada por su cumpleaños. Su voz era confusa, no pronunciaba bien, no estaba precisamente en ello. Dijo que se acababa de despertar (¿A las 6 de la tarde?) Las cosas no le van bien y está frustrado. Colgué rápido. La verdad es que no sé cómo reaccionar ¿Debería compadecerme y animarle? ¿Distanciarme aún más de su dolorosa vida? Realmente podría identificarme con aquellos que han escrito sobre seguir siendo permisivos mentalmente. Yo también lo hago. En mi imaginación inundo la situación de dinero para traerle de nuevo a la normalidad..., pero no lo hago.

Lo curioso es que, leyendo los tristes pormenores de la historia de esta pareja y sabiendo lo que sé de mi hijo, si dejamos el dinero a un margen, no hay tanta diferencia entre ellos.

Judith/grupo on line

### Hablemos...

Hablemos de la sanación a través del arte.

Estamos buscando miembros que quieran compartir como utilizan el arte para ayudarles en su curación.

¿Hay alguien que escriba poesía?

¿Qué hay de fotografía?

¿Música, escultura, pintura con números?

¿El proceso creativo te alivia el dolor que puede producir la vida?

¿El arte te ayuda a dar sentido a tus necesidades emocionales?

Escríbenos a:

[12steprag@familiesanonymous.org](mailto:12steprag@familiesanonymous.org)



### Hoy un camino mejor: Volumen Dos

Es emocionante anunciar que nuestro libro de pensamientos diario escrito por los miembros, *Hoy un camino mejor*, está siendo ampliado a un segundo volumen.

El formato será el mismo, una breve lectura con una llamada a la acción del *Propósito del día*. En la web de FA estará disponible un listado de temas sugeridos, pero se anima a los miembros a compartir sus experiencias.

Enviar propuestas y preguntas a:  
[newtabw@familiesanonymous.org](mailto:newtabw@familiesanonymous.org)

## 34ª Convención Anual de Familias Anónimas de Chicago

Valor para cambiar

Domingo, 4 noviembre,  
2012 8 A.M.-3:30 P.M.

Os esperamos en:  
St. Alexius Medical Center,  
4th Floor (Park in Lots C, B,  
or D) 1555 Barrington Rd.,  
Hoffman Estates, IL 60169

Registro/ desayuno continental  
8 a.m.-8:45 a.m.

Programa 8:45 a.m.-3:30  
p.m. Incluye ponentes, talleres y  
almuerzo

Coste: 45\$ el día completo (si se  
efectúa antes del 20 de octubre).

Después del 20-oct 50\$.

No se efectúan devoluciones  
después del 20-oct.

Se incluye desayuno continental y  
almuerzo buffet.

Cheques a nombre de: Families  
Anonymous Chicagoland.

Dirección postal: Families  
Anonymous Chicagoland  
Convention,  
701 Lee St., Room 670,  
Des Plaines, IL 60016.

Reunión on line: [www.tabw.org](http://www.tabw.org)

Reuniones sin muros:

<http://tabW2.forumer.com>



Enviar un correo a:  
[12steprag@familiesanonymous.org](mailto:12steprag@familiesanonymous.org)