

**Nuestras Tradiciones**  
**Los Principios para los**  
**Grupos y más allá de ellos**

APPROVAL DRAFT - NOT FOR USE IN MEETINGS

APPROVAL DRAFT - NOT FOR USE IN MEETINGS

|  |   |
|--|---|
| <br>™   | © 201_ NFGH Inc. All rights reserved<br>Conference Approved Literature<br>BD-219 ~ 18-08-19 |
| <b>Nar-Anon Family Group Headquarters, Inc.</b><br>23110 Crenshaw Blvd. Suite A<br>Torrance, CA 90505<br>(800) 477-6291 — (310) 534-8188 |   |
| <a href="http://nar-anon.org">nar-anon.org</a>   | <a href="mailto:wso@nar-anon.org">wso@nar-anon.org</a>                                      |

## **LAS DOCE TRADICIONES DE LOS GRUPOS DE FAMILIA NAR-ANON**

**La experiencia de nuestro grupo sugiere que la unidad de los grupos de familia Nar-Anon depende de nuestra adhesión a éstas tradiciones .**

En la mayoría de las organizaciones hay reglas y regulaciones para mantener el orden. En Nar-Anon no tenemos reglas, sino un conjunto de principios espirituales que nos guían de una manera que ninguna regla o reglamento puede. Requiere dedicación sin reserva o voluntad propia. Estos principios son efectivos porque los miembros están dispuestos a dedicarse a la práctica y aplicación de nuestras herramientas espirituales.

Algunos miembros piensan que las tradiciones no pueden aplicarse hasta completar los pasos, o que son solo para miembros del servicio. Otros miembros creen que son más importantes para la recuperación de los adictos. Muchos argumentos, desacuerdos o debates en nuestras habitaciones, juntas de servicio y comités pueden resolverse aplicando los principios de estas tradiciones. Más allá de las habitaciones de Nar-Anon, aprendemos a incorporar las tradiciones en nuestra vida personal. Eventualmente aprendemos a aplicar estos principios con otras personas que no tienen conocimiento de los programas de doce pasos. Los pasos son para la recuperación personal, y las tradiciones son para nuestras relaciones con los demás, incluidos nuestros grupos.

Las tradiciones fueron escritas para satisfacer la necesidad de un conjunto de principios espirituales que permitan a personas de todos los orígenes sociales, religiosos, económicos y políticos reunirse con un solo propósito, para recuperarse de los efectos de la adicción de otra persona. Pronto aprendemos a llevar este mensaje a otros y a practicar estos principios en todos nuestros asuntos. El programa permite que todos estén en igualdad de condiciones como iguales. Al unirnos, logramos mucho sin que ninguna persona tenga razón o esté equivocada.

**Primera Tradición: Nuestro bienestar común debiera tener la preferencia, el progreso personal del mayor número depende de la unidad.**

Cuando llegamos a Nar-Anon, el bienestar común y la unidad no eran términos con los que pudiéramos relacionarnos. El caos que envolvió nuestras vidas estaba muy lejos de estos términos. Vivíamos en un torbellino algo familiar para muchos de nosotros. Antes de entrar en las habitaciones de Nar-Anon, podríamos haber discutido, manipulado y controlado muchos aspectos de nuestras relaciones. Una vez que comenzamos a trabajar en el programa, con la ayuda de un patrocinador y otros miembros de nuestro grupo, aprendimos una nueva forma de vivir y una nueva forma de reaccionar ante los que nos rodean.

Es posible que hayamos pensado que colocamos a los demás por encima de nosotros mismos, y tal vez lo hicimos, pero en algún momento poner a los demás primero se

convirtió en una tarea que ya no nos gustaba e incluso comenzó a resentirnos. La Primera Tradición ahora nos pide que pensemos en todos los demás. ¿No hemos hecho esto lo suficiente? ¿Cómo o por qué querríamos practicar la Primera Tradición?

La Primera Tradición comienza con la palabra "nuestro"; no comienza con "yo". Esta tradición nos pide que pensemos en algo más que en nosotros mismos. Con la ayuda de un padrino mientras trabajamos los pasos, aprendemos cómo cuidarnos. Si continuamos pensando solo en nosotros mismos y en lo que queremos, ¿cómo afectará eso a nuestras reuniones? Ciertamente no nos gusta cuando los adictos piensan solo en sí mismos, por lo que podemos entender por qué necesitamos practicar la Primera Tradición. Aprendemos a trabajar juntos durante las reuniones de trabajo regulares y grupales. Nos escuchamos y pensamos en lo que es mejor para el grupo en su conjunto, no solo en nuestras necesidades personales.

Nuestro bienestar común se refiere a la salud, la felicidad y la unidad de nuestros grupos. Queremos que nuestra comunidad crezca y sea un lugar donde las personas encuentren la ayuda que necesitan. Tenemos que hacernos preguntas sobre la salud y el bienestar de nuestras reuniones. ¿Utilizamos sólo literatura aprobada por la conferencia? Los miembros pueden confundirse por la lectura de literatura externa, que envía un mensaje mixto. ¿Limitamos nuestro tiempo para compartir para que todos tengan la oportunidad de compartir durante la reunión? ¿Damos la bienvenida al recién llegado y explicamos cómo se llevan a cabo las reuniones? Cuando permitimos que los miembros compartan durante un período de tiempo prolongado, ¿estamos descuidando a otros miembros que pueden estar lidiando? ¿Cómo afectan estas cosas al bienestar común del grupo?

Muchos confunden el término unidad con ser unánimes, pensando que tenemos que estar de acuerdo todo el tiempo. El punto de la unidad es tener un propósito común, que es nuestra recuperación. La Primera Tradición nos pide que pensemos cómo las decisiones grupales que tomamos afectan a otros, incluso a aquellos que aún no han encontrado estas reuniones.

### **Palabras Claves o Frases**

Bienestar Común  
Unidad  
Progreso Personal

### **Principios Espirituales Tácitos**

Anonimato  
Humildad  
Mente  
Abierta  
Estar Dispuesto

### **Preguntas para Estudio**

1. Qué significa unidad para mí?
- 2.Cuál es la diferencia entre unidad y uniformidad?
3. Cómo me beneficio poniendo el bienestar de los demás por encima del mío?
4. Cómo podemos poner el bienestar común del grupo antes que el bienestar de un individuo?

5. Cómo se puede limitar nuestro compartir , para que otros tengan tiempo para su compartir ,beneficiar la salud y el bienestar del grupo?
6. Cómo puedo ayudar a que el recién llegado se sienta bienvenido?
7. Cómo el uso del folleto de Inventario de Grupo (S-316) puede ayudar a la unidad del grupo?

APPROVAL DRAFT - NOT FOR USE IN MEETINGS

***Segunda Tradición: Para el propósito del grupo solo 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.***

Los miembros nuevos en Nar-Anon podrían buscar un líder, alguien que dirija la reunión. A diferencia de la mayoría de las organizaciones, Nar-Anon no tiene jerarquía ni cadena de mando, alguien que les diga a los demás qué hacer o cómo y cuándo hacerlo. Tenemos líderes, pero ellos no gobiernan. No gobiernan el grupo; en cambio, estos líderes sirven. Este es un concepto nuevo y confuso. No es hasta que asistimos a las reuniones, oímos que las tradiciones se leen repetidamente y las estudiamos, que no podemos considerar los principios detrás de ellas. Aprendemos que somos iguales en Nar-Anon; cada uno tenemos una voz.

¿Qué es una conciencia de grupo y cómo funciona? Una conciencia de grupo es cuando escuchamos y compartimos unos con otros como iguales, buscando la voluntad de nuestros poderes superiores para el grupo. Es más que un voto. Sabemos que nuestra conciencia interior nos habla, y sabemos cuándo las cosas no se sienten bien. Respetuosamente escuchamos los pensamientos, perspectivas e ideas de los demás. Buscamos tomar decisiones con la ayuda de nuestro Poder Superior, basado en principios espirituales y nuestra preocupación por el bienestar común del grupo. Esto nos une en unidad de propósito. Es importante que todas las ideas sean escuchadas y consideradas respetuosamente antes de tomar decisiones. Puede que no todos estemos de acuerdo, pero aceptamos la decisión del grupo. No buscamos nuestra voluntad, sino la voluntad de nuestro Poder Superior para el grupo.

Los miembros de toda la vida pueden sugerir que utilicemos los principios y las guías de servicio de Nar-Anon para encontrar respuestas a nuestros problemas comunes. Escuchamos a todos los miembros compartir sus experiencias y opiniones, especialmente aquellos diferentes a los nuestros. Consideramos toda la información pertinente, no nos apresuramos a tomar una decisión si no la necesitamos de inmediato. A menudo, un miembro puede llamar a su padrino o padrina de servicio antes de votar. Al cultivar una discusión amorosa, abierta y respetuosa, promovemos una atmósfera de serenidad donde nuestro Poder Superior puede ayudarnos a encontrar soluciones efectivas a los problemas. Anunciamos la necesidad de debatir los temas por adelantado para darles a los miembros la oportunidad de participar. No sería justo tomar decisiones sin la representación de nuestros miembros regulares

Las camarillas se forman fácilmente. Los miembros que han asistido durante muchos años pueden haber desarrollado amistades, y es común que los amigos estén de acuerdo. Es crucial proteger las voces solitarias en el proceso de toma de decisiones. Cuando silenciamos la voz del miembro que puede estar en desacuerdo con todos los demás, no siempre podemos obtener la mejor solución. Las personalidades dominantes a menudo pueden controlar el resultado. Es más fácil rendirse que ponerse de pie y

causar conflictos. Es útil para los miembros de toda la vida recordarle al grupo que tenga igual consideración a todos los miembros.

Cuando consideramos servidores de confianza, nuestro objetivo es elegir a aquellos con el conocimiento o la voluntad de aplicar los principios de Nar-Anon. Si un miembro necesita ayuda para familiarizarse con los principios, los miembros veteranos pueden guiarlos o apadrinarlos. Cuando seleccionamos servidores de confianza con un conocimiento mínimo de los principios, y no los guiamos, estamos haciendo un mal servicio a la comunidad. Debemos preguntarnos si estamos seleccionando a la persona adecuada para el servicio. ¿Es mejor dejar un puesto vacante que elegir a un miembro que no puede cumplir el compromiso?

**Palabras Claves o Frases**

Conciencia de Grupo

Servidores de Confianza

**Principios Espirituales Tácitos**

Anonimato Respeto Humildad

**Preguntas para el Estudio**

APPROVAL DRAFT - NOT FOR USE IN MEETINGS

¿Cómo se aplica el Dios de mi entendimiento del Tercer Paso en la Segunda Tradición?

2. ¿Cuál es la diferencia entre una conciencia grupal y un voto grupal?
3. ¿Cuándo fue la última vez que su grupo realizó conciencia de grupo? ¿Se les dio a todos la oportunidad de hablar?
4. ¿Cómo podemos asegurarnos de que el grupo tenga el tiempo adecuado para que los miembros consideren sus elecciones y contribuciones?
5. Explique la diferencia entre el liderazgo de servicio en Nar-Anon y el liderazgo fuera de la comunidad de Nar-Anon.
6. ¿Cómo podemos evitar que las personalidades dominantes controlen el resultado de una conciencia de grupo?
7. ¿Cómo podemos respetar la voz solitaria incluso cuando no estamos de acuerdo?
8. ¿Qué cualidades buscamos al seleccionar servidores de confianza?

**Tercera Tradición: Cuando los familiares de los adictos se reúnen para prestarse mutua ayuda ,pueden llamarse Grupo de Familia Nar-Anon, siempre que como grupo no tenga otra afiliación. El único requisito para ser miembro es que exista un problema de adicción en un pariente o amigo.**

Venimos a Nar-Anon y encontramos personas como nosotros cuyas vidas se han visto afectadas por la adicción de un pariente o amigo. Nos relacionamos entre nosotros porque hemos tenido experiencias similares. Extendemos la mano del compañerismo con amor incondicional y aceptación a cualquiera que esté preocupado por la adicción de otra persona. Cuando un recién llegado asiste a nuestra reunión, es importante que encuentre comprensión, seguridad y un enfoque en la recuperación. Esto nos da la libertad de asistir a cualquier reunión de Nar-Anon en el mundo con la seguridad de que respetará las tradiciones de Nar-Anon. Nuestro mensaje no se diluye con la afiliación a otros programas, centros de tratamiento, religiones o política.

Después de venir por un tiempo, nos conocemos y descubrimos que tenemos creencias e intereses similares. Los miembros pueden optar por pasar tiempo juntos fuera de la reunión y compartir otros intereses. Sin embargo, no podemos atraer intereses externos a nuestra reunión de Nar-Anon. Los nuevos miembros pueden estar entusiasmados de encontrar personas con energía para pelear la guerra contra la adicción y unificar las voces. Durante nuestras reuniones, debemos recordar a los miembros que no tenemos otras afiliaciones. A veces los miembros quieren traer volantes de otras confraternidades o centros de tratamiento. Estos se pueden compartir fuera de la reunión; dentro de la reunión nos centramos en la recuperación del programa de Nar-Anon. Mientras nos llamemos Grupo de Familia Nar-Anon, aceptamos seguir los principios del programa

En nuestra recuperación, aprendemos que no podemos ser todo para todas las personas. La discusión sobre religiones, otros programas de recuperación o causas podría interpretarse como una afiliación. Esto podría desviarnos de ayudar a aquellos que están afectados por la adicción de otra persona. Lo mismo podría suceder en

nuestras reuniones. Podemos reunirnos en un centro de tratamiento o iglesia, pero debemos considerar cuidadosamente el nombre del grupo, para que no parezca que estemos afiliados a ellos. Cuando buscamos otros intereses en público, incluso con otro miembro de Nar-Anon, no debemos asociar a Nar-Anon con esos intereses.

Esta tradición nos recuerda que el único requisito para ser miembro de Nar-Anon es tener un problema de adicción en un pariente o amigo. Una vez que alguien se ve afectado por la adicción de otro, el impacto nunca se puede borrar. No importa el parentesco con el adicto cuando nos reunimos para ayudarnos mutuamente. Algunos podrían preguntarse por qué un miembro todavía asiste después del divorcio, la muerte o cuando el adicto se está recuperando. Asistimos a las reuniones para nuestra recuperación.

### **Palabras Clave o Frases**

Ayuda Mutua

Afiliación

Requisito para ser miembro

Como un grupo

### **Principios Espirituales Tácitos**

Anonimato Humildad y Igualdad

APPROVAL DRAFT - NOT FOR USE IN MEETINGS

## Preguntas para el Estudio

1. Describe las calificaciones para ser miembro de Nar-Anon.
2. Qué problemas pueden surgir cuando mencionamos otros programas o centros de tratamiento durante nuestra reunión?
3. Porque no podemos nombrar al grupo con el nombre del lugar donde celebramos la reunión?
4. Cómo explicaría porque el grupo no puede afiliarse a entidades externas?

## **Cuarta Tradition: Cada grupo debiera ser autónomo excepto en asuntos que afecten a otros grupos de Familia Nar-Anon o a NA en su totalidad.**

La Cuarta Tradición es probablemente uno de los principios más mal interpretados. Muchos grupos y comités no entienden completamente cómo hacer cambios que puede afectar a otros grupos de Familia de Nar-Anon. La autonomía grupal no les da autoridad a los grupos para cambiar lo que todos los grupos tienen en común, tales como: reescribir los pasos, cambiar Dios por Poder Superior, desarrollar su propia literatura o usar literatura externa. De hecho, la tradición habla absolutamente en contra de hacer cualquiera de estas cosas. Cada grupo puede ser autónomo en todo lo que no afecta a otros grupos de Nar-Anon. Los miembros a menudo asisten a reuniones mientras viajan o están de vacaciones. Puede ser confuso cuando entramos en una reunión que no lee los mismos pasos leídos en nuestra reunión semanal. Puede confundirse un recién llegado que intenta encontrar su grupo madre y entra a una reunión que está usando literatura externa. Una reunión puede ser el único oasis en las circunstancias a veces turbulentas de nuestras vidas. Saber qué esperar ayuda a nuestros miembros a sentirse seguros. Cuando llevamos un mensaje consistente de recuperación y esperanza, seguimos los principios del programa y usamos literatura aprobada por la conferencia, podemos llamarnos un Grupo de Familia Nar-Anon.

Sobre qué tienen autonomía los grupos? Cada grupo puede decidir la duración de la reunión, la ubicación, si sirve café y refrescos, y qué literatura que aprobó la conferencia leer. El grupo puede decidir cambiar el formato sugerido para reservar tiempo para que los recién llegados compartan al final de la reunión. Algunos grupos pueden decidir que un miembro debe asistir a las reuniones durante seis meses antes de poder actuar como coordinador. Algunos grupos eligen usar la Oración de la Serenidad, otros LAC o un momento de silencio para cerrar la reunión. Si nuestras sugerencias tienen el potencial de afectar a otros grupos de familia de Nar-Anon, deberíamos considerar cuidadosamente estas acciones. Cada grupo tendrá su propio condimento desarrollado a partir del espíritu de sus miembros.

Algunos miembros no entienden que NA no está afiliado a Nar-Anon. Nuestra Sexta Tradición menciona la cooperación con NA; sus tradiciones no mencionan a Nar-Anon. No somos una comunidad hermana de NA ni de ninguna otra comunidad de doce pasos. Aunque algunos organismos de servicio realizan eventos en cooperación con NA, debemos tener cuidado de respetar los principios de ambas confraternidades. Si bien los grupos son autónomos, deben tener cuidado de nunca hacer nada que afecte negativamente a NA

Los comités de servicio pueden pensar que tienen autonomía en la forma en que prestan su servicio en Nar-Anon. El Segundo concepto dice: "La responsabilidad final y la autoridad para los servicios de Nar-Anon recae en los grupos de familia Nar-Anon". Los comités de servicio toman decisiones en nombre de los grupos; y son responsables ante los grupos. Solo los grupos tienen autonomía. Aprendemos en los conceptos cómo funciona la estructura de servicio y cómo cada nivel está autorizado por los grupos para llevar a cabo su trabajo. La Cuarta Tradición comienza con "Cada grupo ..." sin mencionar nunca las juntas o comités de servicio

### **Palabras Clave o Frases**

Autonomía Autonomía del Grupo

Asuntos que Afectan a

Nar-Anon / NA como un todo

### **Principios Espirituales Tácitos**

Unidad

Confraternidad

Anonimato

### **Preguntas para Estudio**

- 1- Cómo explica nuestro grupo la autonomía?
- 2- Qué acciones puede tomar nuestro grupo para practicar la autonomía sin afectar a otros grupos?
- 3- Cuáles son los aspectos que afectan a otros grupos de Nar-Anon?
- 4- Qué podría hacer un grupo de Nar-Anon que afectaría a NA en su totalidad?
- 5- Por qué los comite de servicio no tienen autonomía?

**Quinta Tradición : Cada Grupo de Familia Nar-Anon tiene un sólo propósito;ayudar a los familiares de los adictos. Logramos ésto practicando los Doce Pasos de Nar-Anon, comprendiendo y estimulando a nuestros propios familiares aquejados por la adicción , dando la bienvenida y brindando alivio a los familiares de los adictos.**

Cuando llegamos a la Quinta Tradición descubrimos el propósito principal de Nar-Anon, ayudar a las familias de los adictos. Algunos miembros pueden estar confundidos sobre lo que es Nar-Anon y lo que la confraternidad tiene para ofrecer. La Quinta Tradición es clara en cuanto a cómo llevar a cabo nuestro propósito principal. Esto significa que no hablamos de consejeros de adicciones, métodos de intervención, religiones, otros programas o terapias. No estamos aquí para averiguar cómo piensa el adicto ni para ayudarlo a encontrar la recuperación. ¿Cómo ayudamos a las familias de los adictos? Ayudamos a las familias de los adictos alentandolos a usar las herramientas del programa, aprender los principios, encontrar un padrino, practicar los doce pasos y recuperarse un día a la vez.

La quinta tradición describe tres formas de llevar a cabo nuestro propósito principal. El primero es practicando los pasos de Nar-Anon. ¿Por qué es esto tan importante? Al trabajar los pasos, conseguir un padrino y mirarnos sin miedo, aprendemos cómo soltar las cosas que no están bajo nuestro control. Aprendemos a corregir nuestros errores. Aprendemos a confiar en un poder superior a nosotros, cualquiera que sea ese poder. Simplemente trabajamos los pasos nosotros mismos y compartimos nuestra experiencia, fortaleza y esperanza de lo que funcionó o no funcionó para nosotros. Ofrecemos a otros la oportunidad de decidir si nuestro programa es adecuado para ellos.

La segunda forma, alentar y comprender a nuestros familiares adictos, es una de las tareas más difíciles de nuestros principios. Podemos pensar que los estamos alentando porque los amamos y tenemos los mejores intereses en el corazón. Comenzamos a entender que no podemos cambiarlos manipulando, propiciando o rescatando. La enfermedad y sus consecuencias no son eliminadas por nuestra voluntad y formas de control. Nos damos cuenta de que los adictos tienen opciones y necesitan encontrar su propio Poder Superior y su camino hacia la recuperación. Enfrentar las consecuencias del consumo de drogas es una lección de recuperación.

Alentar al adicto no debe confundirse con propiciar. El estímulo puede significar llevarlos a una reunión, escuchar sin juzgar o simplemente disfrutar de un día juntos. Alentar puede ser tan simple como confiar en ellos para que tomen sus propias decisiones.

Dar la bienvenida y dar consuelo a las familias y amigos de los adictos es la tercera forma en que practicamos la Quinta Tradición. Devolvemos lo que se nos dio tan libremente sin expectativas. Es posible que nos hayan recibido en nuestra primera reunión con una sonrisa, un saludo o un abrazo. Ofrecemos a los recién llegados los mismos saludos. Podemos ofrecer compartir nuestro libro con otro miembro durante la reunión. Para algunos, el mayor consuelo era que otros escuchaban y validaron que no estábamos solos. El asentimiento comprensivo desde el otro lado de la reunión le permite a la persona que comparte saber que está siendo escuchada y que importa.

### **Palabras Clave o Frases**

Propósito Primordial

Practicar los Doce Pasos Alentar y

Comprender

Bienvenida y Dar Alivio

Principios Espirituales Tácitos

Humildad

Servicio

Anonimato

### **Preguntas para Estudio**

1. Cuando fui a mi primera reunión, ¿qué me hizo sentir más bienvenido?
2. ¿De qué maneras puedo ser útil para otros miembros?
3. ¿Cómo nuestro grupo da la bienvenida y consuela a los familiares y amigos de los adictos?
4. ¿Cómo la práctica de los Doce Pasos establece un ejemplo para los recién llegados?
5. ¿Cómo el cambiar nosotros mismos a través del trabajo de los Pasos ayuda al grupo?
6. ¿Cómo puedo diferenciar entre facilitar y alentar a mis familiares adictos?
7. ¿Cómo puedo ser alentador en mis palabras y acciones cuando estoy con mis seres queridos adictos?
8. ¿Cómo puede ayudarme en mi recuperación comprender a mis seres queridos adictos?
9. ¿Cómo puede un inventario grupal ayudar al grupo a llevar a cabo el propósito principal de la Quinta Tradición?
10. ¿Cómo podemos mantener la reunión enfocada en nuestro propósito principal?

**Sexta Tradición: Nuestros Grupos de Familia, nunca debieran respaldar, financiar, ni prestar su nombre a ninguna empresa extraña, para evitar que problemas de dinero, propiedades o prestigio nos desvíen de nuestro objetivo espiritual que es el primordial. Aún siendo una entidad separada, deberíamos cooperar siempre con Narcóticos Anónimos.**

La Sexta Tradición nos recuerda que apoyar y respaldar a empresas externas puede desviarnos de nuestro objetivo principal, ayudar a los familiares y amigos de los adictos. Cuando llevamos varios mensajes, no podemos llevar un mensaje efectivo de Nar-Anon.

En la Tercera Tradición, se recuerda a nuestros grupos que se abstengan de tener otras afiliaciones. La sexta tradición se expande en esto y nos da una dirección clara. Cuando el grupo respalda o presta su nombre a empresas externas, comienza a desviar el enfoque del objetivo espiritual principal de Nar-Anon. Al mantener un enfoque espiritual no podemos de vista nuestro propio proceso de recuperación.

Las organizaciones e instituciones externas, aunque son causas dignas, no llevan el mensaje de Nar-Anon ni entienden nuestras tradiciones. Cuando nos asociamos con causas o instituciones externas, no podemos saber cómo otros pueden percibirlo. ¿Qué pasaría si una organización con la que estuviéramos involucrados fuera una fuente de controversia? ¿Los que consideran asistir a Nar-Anon dudarían? Somos libres en nuestro propio tiempo para apoyar cualquier causa que consideremos importante, nunca trayendo esas causas a nuestras reuniones.

Nuestro comité de mayor alcance y relaciones públicas dependen de que los miembros transmitan el mensaje a través de jornadas de salud y otros eventos públicos. Observamos cada evento y vemos si llegará a aquellos que más nos necesitan. Si bien

las jornadas de salud pueden llegar a profesionales en los campos de tratamiento y terapia, las ferias de carácter comercial no son el lugar adecuado para llevar el mensaje de Nar-Anon. Se le puede pedir a nuestro grupo que pague una tarifa para establecer una mesa o un stand. Pagar la tarifa es ser autosuficiente. Debemos evitar la apariencia de afiliación al permitir que los organizadores del evento usen nuestro logotipo en una pancarta, camiseta o volante

Nuestra Sexta Tradición es clara sobre cómo manejamos nuestras finanzas. Aunque algunos grupos pueden tener una gran cantidad de fondos de la Séptima Tradición, nunca deberíamos financiar ninguna causa externa, sin importar cuán valiosos sean. El Séptimo Concepto nos recuerda que los fondos de nuestro grupo se utilizan para promover nuestro propósito principal, ayudar a los familiares y amigos de los adictos. Muchos niveles de Nar-Anon necesitan fondos para funcionar o incluso para existir. Si apoyamos otras causas, dejamos nuestra propia estructura de servicio por debajo del dinero necesario para ayudar a Nar-Anon.

Respaldar o prestar el nombre de Nar-Anon a cualquier empresa externa podría tener un precio demasiado alto para que lo paguemos. Podríamos estar involucrados en prácticas que dañen a Nar-Anon en su conjunto. Como miembros de Nar-Anon, siempre debemos considerar el nombre de Nar-Anon como un regalo especial que se transmitirá de manera positiva para aquellos que aún no han encontrado nuestra confraternidad. Durante una reunión, los centros de tratamiento, las religiones, las filosofías, la política, los derechos civiles, las noticias actuales u otras causas nunca deben ser respaldadas, sin importar cuán prestigiosas o valiosas sean. Cuando cruzamos líneas en nuestra reunión, creamos controversia y división que pueden destruir nuestros grupos. Es por eso que solo traemos la LAC Nar-Anon a nuestras reuniones. Es una simple solicitud que durante la duración de nuestra reunión dejemos todas nuestras otras creencias fuera de la sala. Somos bienvenidos a recogerlas tan pronto como nos vayamos. Nar-Anon tiene un principio espiritual único que puede ser destruido por una controversia externa. El valor de un miembro que ayuda a otro a través del intercambio de experiencia, fortaleza y esperanza es lo que nuestro programa tiene para ofrecer

El espíritu implícito de la Sexta Tradición es cooperar con Narcóticos Anónimos siempre que sea posible y respetar a NA en su conjunto. Debemos tener cuidado al acercarnos a la confraternidad de NA para planificar eventos. En muchas áreas o regiones, NA puede llegar a Nar-Anon. En otras comunidades, los miembros de NA pueden ver la cooperación como afiliación, y sería prudente respetar sus puntos de vista, sin forzar una relación no deseada. Cooperar con NA puede ser tener una sala o una mesa en una convención de NA, y podemos resolver los detalles para seguir siendo autosuficientes. Como miembros en recuperación con un interés común con NA, debemos respetar sus tradiciones

Las reuniones de recuperación siempre deben ser un lugar seguro. Los miembros bien intencionados tienen negocios y vidas más allá de Nar-Anon. Siempre debemos dejar nuestras profesiones fuera de la confraternidad. Algunos miembros de Nar-Anon provienen de campos profesionales como consejeros, profesionales médicos o miembros de las fuerzas de seguridad. Debemos recordar que todos somos iguales en recuperación. Si sabemos que un miembro pertenece a una profesión de ayuda, debemos recordar que está aquí para recibir la misma ayuda que nosotros y no inundarlo con preguntas relacionadas con su profesión. Hacemos un mal servicio al grupo cuando permitimos que un miembro se convierta en el profesional en la reunión. Aprendemos a dejar todos nuestros títulos y certificaciones en el trabajo.

Nunca debemos usar nuestro grupo para respaldar nuestras empresas externas personales. La información de los contactos no debe usarse para vender o promocionar ningún producto o servicio. Abusar de esta información puede resultar en la pérdida de miembros a quienes no les importa que los soliciten como resultado de asistir a Nar-Anon.

A veces, los grupos consideran los fondos de la Séptima Tradición como una redundancia de dinero que puede usarse para causas fuera de Nar-Anon. Algunos miembros han compartido que el dinero del grupo se usó para una fiesta de pizza después de la reunión, flores para un miembro que había fallecido u otras causas, como centros de tratamiento. Si bien es tentador usar nuestros fondos para tales eventos, esto no está de acuerdo con nuestra Sexta Tradición. Debemos preguntarnos, cuando gastamos nuestros fondos de la Séptima Tradición, ¿cómo promueve esto nuestro propósito principal?

### **Palabras Clave o Frases**

Respaldar, financiar o prestar nuestro nombre

Empresas Externas

Desviar

Cooperación con NA

Principal Objetivo

Espiritual

Principios por encima de las personalidades

### **Principios Espirituales Tácitos**

Anonimato

## Preguntas para su estudio

1. Por qué es importante que no comparta mis intereses externos durante la reunión?
2. Si los miembros comparten algo que siento que está en contra de la Sexta Tradición, ¿cómo puedo responderles?
3. ¿De qué maneras puede el grupo difundir la palabra de Nar-Anon a los que la necesitan sin comprometer la Sexta Tradición?
4. ¿Cómo puede nuestra confraternidad educar a los miembros sobre por qué no debemos respaldar, financiar o prestar nuestro nombre a causas externas?
5. ¿Cómo puede el dinero, la propiedad o el prestigio desviar a mi grupo de origen de nuestro enfoque principal?
- 6- Qué problemas pueden surgir cuando respaldamos otros programas o centros de tratamiento durante nuestra reunión?

## **Séptima Tradición: Todo grupo debe mantenerse a sí mismo completamente, negándose a recibir contribuciones externas.**

La Séptima Tradición va más allá de el dinero en la canasta. Esta tradición habla de todos los aspectos de nuestro programa. Nuestro propósito como grupo Nar-Anon es ayudar a los familiares de los adictos. Nos apoyamos a nosotros mismos. Nuestro programa abarca los pasos, tradiciones y conceptos. Estos han sido escritos, aceptados y aprobados como nuestros principios y pautas. Cuando se forma un grupo, acepta la responsabilidad de ser autosuficiente con base en estos principios y pautas. Esto significa que apoyamos a nuestros grupos, áreas, regiones, servicios mundiales y Nar-Anon en su conjunto de acuerdo con la conciencia del grupo. El apoyo proviene de la confraternidad en forma de finanzas, servicio en nuestros grupos, mayor alcance y transmisión del mensaje.

La séptima tradición mantiene a Nar-Anon independiente. No solicitamos subvenciones, solicitamos fondos u obtenemos materiales de fuentes externas. De esta manera, Nar-Anon sigue siendo autosuficiente. Aceptar dinero, literatura, información o apoyo profesional de personas externas puede llevar a la idea de que estamos en deuda con ellos. No queremos que nuestras decisiones se basen en influencias externas. Queremos poder mantenernos a nosotros mismos y tener el control de nuestras finanzas y las decisiones que tomamos para cumplir con nuestro propósito principal.

Cuando un grupo está con dificultades, es tentador pensar en formas ingeniosas de recaudar fondos para ayudar a transmitir el mensaje. Se pueden realizar actividades o recaudaciones de fondos dentro de la confraternidad para recaudar fondos para una necesidad específica, como la divulgación pública, el envío de un delegado a la Conferencia de Servicio Mundial o una convención. Nar-Anon no tiene eventos benéficos para recaudar dinero de quienes están fuera de su membresía como otras causas y organizaciones. No aceptamos contribuciones externas, monetarias o de otro tipo. Esta es una organización respaldada por miembros que proporciona los servicios y materiales

necesarios a través de las contribuciones y el servicio de los miembros.

Al principio, tomamos prestada literatura de otra confraternidad cambiando las palabras para reflejar los efectos de la adicción. Durante muchos años hicimos esto mientras algunos miembros se sentaban con lápiz y papel para compartir su experiencia, fortaleza y esperanza en la creación de nuestra propia literatura. Cuando tomamos prestada literatura y no desarrollamos la nuestra a partir de las experiencias de nuestros miembros, no estamos siendo autosuficientes. Les hacemos un mal servicio a nuestros miembros cuando no usamos en nuestras reuniones la literatura aprobada en nuestra Conferencia de Servicio Mundial .

Debemos preguntarnos si hay servicios vacantes y qué papel estamos desempeñando para ver que esas necesidades se cumplan. La palabra contribuciones se refiere a muchas cosas además del dinero.

Esta tradición también habla acerca de que los servicios y materiales que brindamos deben ser creados por y para nuestros miembros. Los miembros bien intencionados a menudo quieren utilizar oradores fuera de Nar-Anon. Los miembros de toda la vida pueden optar por señalar cómo esto no cumple con el principio espiritual de ser autosuficiente. Podemos confiar en que nuestros miembros compartan su experiencia, fortaleza y esperanza. Cuando llevamos literatura externa, información de otros programas o apoyo profesional a nuestros grupos, estamos enviando el mensaje de que nuestro programa no es suficiente.

### **Palabras Clave o Frases**

Contribución

Completamente-autosuficiente

Entidades Externas

### **Principios Espirituales Tácitos**

Responsabilidad

Respeto

Unidad

Anonimato

### **Preguntas para Estudio**

1. ¿Qué contribuciones, aparte del dinero, son parte de la Séptima Tradición?

2. ¿Cómo contribuyen los miembros de mi grupo a la Séptima Tradición?

3. ¿Cómo podemos alentar el servicio más allá del nivel de grupo para asegurar que haya suficientes miembros para llevar a cabo los servicios necesarios?

4. ¿Por qué aceptar contribuciones, incluso no monetarias, de entidades externas viola nuestra Séptima Tradición?

5. ¿Cómo compartir nuestra experiencia, fortaleza y esperanza a través de la escritura puede contribuir a la confraternidad?

6. ¿Cómo la lectura de literatura externa en nuestra reunión diluye

nuestro mensaje y debilita nuestra unidad?

**Octava Tradición: Las actividades prescritas por el Duodécimo Paso en Nar-Anon nunca debieran tener carácter profesional, pero nuestros centros de servicio pueden contratar empleados especializados.**

Por qué dice la Octava Tradición , "El trabajo del Paso Doce de Nar-Anon debe permanecer para siempre no profesional"? Si bien puede ser tentador contratar a una celebridad para respaldar a Nar-Anon, nuestro mensaje del Paso Doce se transmite mejor por aquellos que practican estos principios. ¿Qué mejor ejemplo de cómo llevar el mensaje de Nar-Anon que el de aquellos que caminan el programa? No hay mejor mensajero que un miembro que comparte su experiencia, fortaleza y esperanza de lo que Nar-Anon ha hecho en sus propias vidas.

En nuestra Séptima Tradición, discutimos cómo nuestros grupos deberían ser totalmente autosuficientes, tanto financieramente como al ocupar puestos de servicio. Más allá de los grupos tenemos centros de servicio y necesidades profesionales. Siempre que podemos, utilizamos las habilidades de nuestros miembros, pero no podemos esperar todos los aspectos o necesitamos ser atendidos por voluntarios. Podemos descubrir que no tenemos suficientes miembros que tengan habilidades especiales o que puedan donar su tiempo. Esto puede requerir la contratación de profesionales externos. Sin nuestras contribuciones de la Séptima Tradición, es posible que no podamos contratar suficientes trabajadores especiales para satisfacer las necesidades de la confraternidad.

### **Palabras Clave o Frases**

Trabajo del Paso Doce No profesional para siempre  
Centros de Servicio  
Trabajadores Especializados

### **Principios Espirituales Tácitos**

Servicio

Anonimato

Igualdad

### **Preguntas para Estudio**

1. ¿Qué es el trabajo del Paso Doce?
2. ¿Por qué es importante que nuestro trabajo del Paso Doce siga siendo no profesional?
3. ¿Qué tareas proporcionan los centros de servicio y por qué podríamos contratar trabajadores especializados?
4. ¿Cómo podemos ayudar a los miembros con capacitación especializada a comprender que el anonimato es esencial en el grupo para garantizar la igualdad?

**Novena Tradición: Nuestros grupos, como tales, nunca debieran organizarse pero pueden crear juntas o comités de servicio que sean directamente responsables ante aquellos a quienes sirven.**

Más allá del nivel del grupo hay mucho trabajo por hacer. Puede ser abrumador para los grupos intentar y hacer todo. Nar-Anon tiene una estructura de servicio que alivia la carga. Juntos, los grupos combinan recursos y servidores de confianza para hacer las mismas tareas para maximizar nuestros esfuerzos para múltiples grupos. No es necesario que cada grupo mantenga el directorio de las reuniones o cree un sitio web. Pasamos estas tareas a un área o región. En el área o región se forman comités, y los servidores de confianza realizan estas tareas para los grupos.

Los conceptos de servicio son los principios que los comités y los servidores de confianza utilizan para llevar a cabo sus tareas, mientras que siempre son responsables ante los grupos a los que sirven. Cuando definimos claramente lo que deben hacer nuestros comités o juntas de servicio, también deberíamos otorgarles la autoridad para llevar a cabo estas tareas. No queremos ser inundados con información de estos niveles de servicio. Estos comités o juntas de servicio siempre necesitan practicar los principios de Nar-Anon en todos sus esfuerzos, recordando la naturaleza espiritual del servicio. Cuando un organismo de servicio se encuentra con un obstáculo o desafío, debe consultar a los grupos a los que sirve para obtener orientación.

Nuestras juntas y comités de servicio alivianan la carga de los grupos. Esto les permite concentrarse en su propósito principal, ayudar a los familiares y amigos de los adictos. Sin la estructura de servicio, nuestros grupos podrían abrumarse y perder de vista nuestro propósito principal al tratar de hacer todo lo que hay que hacer. La Novena Tradition ayuda a Nar-Anon y sus miembros a maximizar todos sus recursos.

**Palabras Clave o Frases**

Organizado Juntas de Servicio Comites

Directamente responsable

Aquellos a quienes sirven

**Principios Espirituales Tácitos**

Simple

Servicio

Responsabilidad

Anonimato

## **Preguntas para Estudio**

1. ¿Qué significa para mí "nunca se debe organizar"?
2. ¿Cómo puede afectar al grupo el ser organizado?
3. ¿De qué manera les informamos a nuestros grupos que existen juntas y comités de servicio para servirles?
4. ¿Cómo ayuda esta tradición a mantener el enfoque mencionado en la Quinta Tradición?
5. ¿Cómo ayudan nuestros grupos a apoyar estos servicios con contribuciones o con servidores?

## **Décima Tradición: Los Grupos de Familia Nar-Anon no tienen opinión sobre cuestiones ajenas a sus actividades; por lo tanto, su nombre nunca debe mezclarse en polémicas públicas.**

Como individuos, podemos tener opiniones sobre asuntos externos y temas de interés periodístico. Cuando venimos a nuestras reuniones, dejamos nuestras opiniones afuera. Cuando compartimos temas externos, podemos molestar a otros que sienten de manera diferente o crear controversia en nuestro grupo. Esta tradición no dice que no podemos tener opiniones sobre estos temas, pero en nuestro grupo no compartimos estos temas.

En las Tercera y Sexta Tradición, aprendimos a no afiliarnos a nuestro grupo y el nombre de Nar-Anon con causas externas. En la Décima Tradición, damos un paso más allá para considerar lo que puede suceder si afiliamos o respaldamos a empresas externas. Tal vez nunca consideramos el potencial de controversia pública. Este principio también aborda por qué no respaldamos los centros de tratamiento, contratamos portavoces de celebridades, respaldamos a un candidato político o abordamos problemas sociales actuales durante nuestras reuniones. ¿Qué pasa si el centro de tratamiento o el portavoz de la celebridad se ve envuelto en un escándalo público? Simplemente por asociación podemos transmitir una impresión negativa de Nar-Anon. Los nuevos miembros o los miembros excesivamente entusiastas pueden verse tentados a discutir temas sociales actuales durante la reunión. El coordinador o un miembro experimentado debe recordarle al grupo la Décima Tradición y por qué no discutimos tales temas durante una reunión. Como servidores de confianza, somos responsables ante los grupos en todo lo que hacemos.

Cuando mantenemos puro el objetivo espiritual y la naturaleza de Nar-Anon, evitamos muchas de las trampas que afectan a otras organizaciones. Debemos pensar en cada miembro de nuestra reunión, otras reuniones y todas las reuniones en todo el mundo. Debemos pensar en el miembro por venir. Atraer a Nar-Anon a una controversia pública envía un mensaje poco atractivo a aquellos que necesitan desesperadamente a Nar-Anon.

## Palabras Clave o Frases

Cuestiones Ajenas

Nunca

Controversia Publica

## Principios Espirituales Tácitos

Anonimato

Libertad

Unidad

## Preguntas para Estudio

1. ¿Por qué nos abstenemos de discutir intereses externos durante la reunión?
2. ¿Cómo pueden los problemas externos dañar la salud del grupo?
3. ¿Cómo podemos ayudar a los miembros a entender por qué no nos involucramos en causas externas, sin importar cuán valiosas sean?
4. ¿De qué maneras puede un grupo asociar erróneamente el nombre de Nar-Anon con entidades externas? ¿Cómo podemos evitar esta práctica?
5. ¿De qué manera la discusión sobre los grupos de recuperación de redes sociales es un problema externo?

**Onceava Tradition : Nuestra política de relacione públicas se basa más bien en la atracción que en la promoción. Necesitamos mantener siempre nuestro anonimato personal ante la prensa ,radio, el cine, Internet y otras formas de comunicación masivas. Debemos proteger con esmero el anonimato de todos los miembros de NA.**

La Undécima Tradición mantiene a Nar-Anon a salvo para todos, incluso para aquellos que no nos han encontrado. Nos dice cómo llevar a cabo nuestras relaciones públicas y esfuerzos de mayor alcance. ¿Cómo crecemos si no promocionamos Nar-Anon? A través de nuestro trabajo del Paso Doce llevamos nuestro mensaje al público sin hacer promesas ni dar garantías. Atraemos a otros a Nar-Anon contando cómo el programa nos ha ayudado a crecer y a mejorar nuestras vidas. La atracción por ejemplo mantiene nuestras reuniones saludables. La promoción, como la publicidad, pone a nuestro programa en el centro de atención y puede hacernos perder nuestro anonimato. La promoción también incluye a miembros que intentan convencer con entusiasmo a otros de que necesitan a Nar-Anon.

Nuestra Undécima Tradición nos recuerda mantener nuestro anonimato ante la prensa, radio, cine, internet y otros medios de comunicación masivos. Hay muchas formas de proteger el anonimato mientras se hacen relaciones públicas.

Solo usamos nombres de pila durante el contacto cara a cara con el público. Al firmar documentos, podemos usar el nombre del comité o la región. Podemos utilizar en los medios públicos ,anuncios aprobados por la conferencia. Cuando hablamos por radio o en video, pedimos que no se usen nuestros nombres. Una imagen borrosa en video o imágenes incompletas en fotos, como la parte posterior de la cabeza, son aceptables para los periódicos. El uso de imágenes claras envía un mensaje a los miembros de que su identidad puede verse comprometida. Sólo podemos atraer si enviamos un mensaje seguro. Debemos tener cuidado de llevar siempre un mensaje a los que están por venir de que el anonimato es de suma importancia. Es especialmente importante proteger a nuestros miembros que pueden ser castigados por asistir a las reuniones. Si tenemos un mensaje que sea atractivo para quienes lo necesitan, los recién llegados pueden quedarse.

En el servicio, es posible que tengamos que usar nuestros nombres completos al alquilar lugares para las reuniones, completar solicitudes, comprar literatura o abrir cuentas bancarias. Esta tradición no prohíbe el uso de su nombre completo, eso depende del miembro individual. Ningún miembro debe ser forzado a revelar su nombre para servir. Esto puede limitar a los voluntarios para ciertos puestos de servicio. Cuando un puesto de servicio requiere la divulgación del nombre completo de un miembro, el miembro debe considerar si considera que la divulgación es aceptable.

Con todas las tecnologías cambiantes, debemos tener en cuenta el anonimato al usar las redes sociales. Publicar fotos y contar historias de nuestros seres queridos adictos puede crear controversia. Muchos empleadores están buscando sitios de redes sociales para examinar la integridad de los solicitantes. Nunca sabemos con quién podemos cruzarnos, y debemos proteger el anonimato de todos nuestros miembros.

Por último, esta tradición establece que "necesitamos proteger con especial cuidado el anonimato de todos los miembros de NA". Tendemos a olvidar el estigma de ser un adicto en recuperación. Estamos muy felices de que nuestros seres queridos finalmente hayan dejado de drogarse; Queremos decirle al mundo lo que NA ha hecho por ellos. No sabemos quién asiste a nuestras reuniones, desde posibles empleadores hasta compañeros de trabajo. Hay muchas maneras en que podríamos romper el anonimato del adicto o el nuestro.

### **Palabras Clave o Frases**

Relaciones Públicas

Atracción

Promoción

Siempre

Necesita

Anonimato

Personal

Cuidado

Especial

### **Principios Espirituales Tácitos**

Anonimato

Seguro

Unanimidad

Humildad

Seguridad

## Preguntas para Estudio

1. ¿Qué significa para mí "cuidado especial" en esta tradición?
2. ¿Por qué es importante proteger específicamente el anonimato en la prensa, radio, cine, internet y otras formas de medios de comunicación masiva?
3. ¿Cuál es la diferencia entre atracción y promoción?
4. ¿Qué me pareció atractivo de Nar-Anon?
5. ¿Qué significa "necesito siempre" para mí?
6. ¿Cuáles son algunas posibles consecuencias de romper el anonimato?

**Duodécima Tradición : EL anonimato es la base espiritual de todas nuestras tradiciones, recordándonos anteponer los principios a la personalidades.**

La undécima tradición nos dijo cómo proteger con esmero el anonimato en las relaciones públicas. La duodécima tradición lo lleva un paso más allá en la práctica del anonimato. No importa quiénes somos, qué hacemos, cuánto dinero ganamos o qué trabajo tenemos. En Nar-Anon practicamos la humildad en el servicio sin necesidad de crédito. Se nos pide que seamos humildes en el servicio y trabajar como iguales por el bien de Nar-Anon en su conjunto. Esto significa poner estos principios primero, sin importar cómo nos sintamos con respecto a cualquier cosa o persona.

La Duodécima Tradición nos pide que trabajemos juntos incluso con aquellos con quienes podríamos estar en desacuerdo. Todos venimos de diferentes contextos sociales, económicos, espirituales y raciales. En Nar-Anon trabajamos juntos con un propósito, ayudar a los familiares y amigos de los adictos. Las tradiciones son las herramientas y las instrucciones básicas sobre cómo servir y cómo resolver nuestros problemas comunes. Muchos problemas que surgen en Nar-Anon pueden resolverse estudiando estas tradiciones, consultando a un padrino, un padrino de servicio, literatura de servicio y teniendo fe en un Poder Superior que maneja los resultados

### Palabras Clave o Frases

Fundamento Espiritual

Anonimato

Anteponer los principios a las personalidades

### Unspoken Spiritual Principles

Anonimato

Igualdad

Humildad

Fé

## Preguntas para Estudio

1. ¿Por qué se resumen las Doce Tradiciones con "anonimato"?
2. ¿Qué significa "base espiritual" para mí?
3. ¿Por qué la Duodécima Tradición establece "de todas nuestras tradiciones"?
4. ¿Cómo puedo poner los principios por encima de las personalidades?

5. ¿Cómo puedo reconocer cuando no pongo los principios primero?
6. ¿Cómo pueden los grupos evitar que las personalidades dominantes controlen al grupo?
7. ¿Cómo el anonimato conduce a un servicio humilde?