

Journey to

WIFE

"You have shown me the path of life."  
Psalms 16:11

ADVENTIST  
**recovery**  
MINISTRIES  
NORTH AMERICAN DIVISION

12501 Old Columbia Pike  
Silver Spring, MD 20904-6600  
www.adventistrecovery.org  
Email: recovery@NAD.adventist.org

THE NEWSLETTER OF ADVENTIST RECOVERY MINISTRIES, sponsored by NAD Health Ministries

SEPTIEMBRE / OCTUBRE 2013 • Volumen 2, Número 5



## Nota del Editor

### Una Comunidad de Fe para la Restauración

En el grupo de Jornada hacia la Plenitud al que asisto, recientemente reflexionamos en nuestra experiencia juntos al reunirnos semana a semana. Alguien comentó que nuestro grupo es como una pequeña comunidad de iglesia. Al volvernos transparentes y hasta vulnerables unos con otros acerca de lo que nos lastima, de nuestros hábitos y nuestros complejos y traumas, experimentamos la seguridad que nos proporciona el grupo y obtenemos sanidad. En el ya famoso estudio Experiencias Adversas en la Niñez (ACE) por sus siglas en inglés, se encontró que el contar la historia de una persona en un ambiente seguro, proporciona el equivalente a un año de beneficios en cuanto a protegerse contra conductas físicas y emocionales dañinas y emociones autodestructivas. Podemos ver cómo crece cada uno al renunciar a la mentira de que podemos manejar nuestra propia vida.

En nuestro grupo trabajamos en los tres primeros pasos de la primera jornada del cuaderno de trabajo Jornada hacia la Plenitud. Sin embargo, decidimos que queríamos repasar nuevamente esos pasos. No pensamos que estábamos listos para seguir avanzando. Actualmente estamos trabajando en el Paso 2 - "Llegar a reconocer que un poder más grande que nosotros puede restaurar nuestro estado de salud". Hemos encontrado que este paso es fundamental en la jornada hacia la

sanidad. Estamos llegando a reconocer que lo que creemos acerca de Dios en nuestra mente, no es lo que creemos en nuestro corazón. En Romanos 10:10 aprendimos que "con el corazón se cree para ser justificado". La integración del conocimiento a través de la mente y el conocimiento a través del corazón es la tarea mayor en la jornada de la fe. Al hablar juntos acerca de las muchas formas que el enemigo ha usado para erosionar o destruir nuestra fe, nos alentamos y apoyamos mutuamente con la realidad de un Dios en el que realmente podemos confiar y que está dispuesto a demostrar nuevamente hoy su amor y cuidado personal por sus hijos sufrientes y quebrantados.

Una de las cosas que hemos encontrado muy útil es orar unos por otros. No solamente repetimos la Oración de la Serenidad al abrir la sesión y el Padrenuestro al terminarla, sino también oramos por problemas específicos que surgen durante la reunión. Esto nos acerca más unos a otros. Este es un ejemplo del tipo de apoyo del que escribe JoAnn Palmer en su artículo especial en esta Jornada hacia la Vida. Mi oración es que te goces y seas bendecido al leerlo. ■

David Sedlacek, PhD, LCSW, CFLE  
Professor of Family Ministry and Discipleship  
Andrews University  
sedlacek@andrews.edu

## Misión y Visión de ARMin

### Nuestra Misión:

Promover la salud y liberación de prácticas dañinas al proveer recursos y entrenamiento para facilitar la recuperación.

### Nuestra Visión:

Personas saludables que crecen en su relación con Cristo al usar los principios de la Palabra de Dios y al elegir prácticas saludables encaminadas a liberarse de los hábitos dañinos y las conductas adictivas.

### Objetivos o Blancos Potenciales:

- Promover la sanidad (individual y corporativa) utilizando los principios saludables y equilibrados de la Palabra de Dios.
- Proveer recursos para las Iglesias y personas, a fin de formar conciencia y educar en relación con la raíz de las disfunciones que crean la falta de unidad entre personas, familias, iglesias y comunidades, a través de pruebas, problemas y tragedias no resueltos.
- Instruir personas que puedan dirigir grupos de apoyo permanentes y hacer labor de mentores en un ambiente seguro y de cuidado y apoyo

Creemos que al sanar de las pruebas, problemas y tragedias de la vida, recibimos inspiración para dedicarnos a ayudar a otros como resultado de nuestra gratitud por nuestra sanidad personal; para cuidar de otros, porque nuestra vida ha sido tan enriquecida por el perdón de Cristo y la bendición de la liberación que hemos experimentado debido a su gracia y misericordia sin fin. ■

El valor sanador de los

# 12 PASOS

Paso 10 —

“Continuar haciendo un inventario personal y admitir prontamente cuando nos hemos equivocado”

### Comparación Bíblica

*“Por la gracia que me es dada, digo a cada uno de vosotros, que no tenga más alto concepto de sí que el que debe tener, sino que piense de sí con moderación, conforme a la medida de fe que Dios repartió a cada uno.”*

— Romanos 12:3

## Eventos próximos

**Entrenamiento ARMin en la Unión de Columbia:** El equipo ARMin de la NAD visitará la Unión de Columbia para celebrar el entrenamiento oficial de la Jornada hacia el Bienestar Pleno, **del 4 al 6 de octubre de 2013**. Adventist Healthcare es patrocinador conjunto y el programa se llevará a cabo en el Centro de Conferencias del Hospital Adventista Shady Grove. Para más información ponte en contacto con Leah Scott, directora ARMin Director de la Unión de Columbia, en [alScott99@aol.com](mailto:alScott99@aol.com).

**Entrenamiento ARMin en la Unión Southern (del Sur)** No es demasiado temprano todavía para comenzar a hacer planes para la Cumbre de Salud de la NAD del año próximo, donde se dará más entrenamiento ARMin. Esta Cumbre de Salud se llevará a cabo en Orlando, Florida y el entrenamiento ARMin Jornada hacia el Bienestar Pleno, se celebrará el **1 y 2 de febrero de 2014**. Marca estas fechas en tu calendario. La inscripción se abrirá el 1 de agosto en [www.NADHealthSummit.com](http://www.NADHealthSummit.com).



## 12 Pasos hacia la Recuperación PASO #10

**H**abiendo recorrido los primeros nueve pasos, pareciera que estuviésemos preparados para vivir una vida sobria, honesta y amante en Dios, manteniendo el balance emocional y viviendo una vida de buenos propósitos bajo toda condición.

Recuerdo que después de los primeros 30 días de sobriedad, me preguntaba cómo iba a funcionar sin mi pequeña cajita de píldoras. Había dejado las bebidas alcohólicas y me había vuelto a los narcóticos porque el alcohol me hacía vomitar y las pastillas no. Pero ahora he aprendido a confiar en Dios (mi poder más alto) y a vivir mi vida un día a la vez. He hecho el hábito de hacer un inventario personal de mi día. Cada noche, al retirarme a descansar, repaso los acontecimientos del día, recordando las personas con las que he interactuado, los lugares a donde he ido y las cosas que he hecho. Es para mí de vital importancia analizar hasta el mínimo detalle (lo que se conoce como evaluación propia), a fin de no engañarme a mí misma al no admitir cualquier error que haya cometido. Como puede verse, esto fácilmente puede llevarte a tu primer “trago” o pastilla: los adictos somos conocidos por engañarnos a nosotros mismos. No puedo enfatizar lo suficiente cuán importantes son los pasos 4º y 5º. Para mí, representan una limpieza.

Una vez que hemos hecho las paces con el pasado, podemos enfrentar los desafíos del día siguiente. AA nos advierte que cada vez que nos sentimos perturbados, independientemente de la causa, algo anda mal en nosotros. Si alguien nos hiere y reaccionamos en forma negativa, estamos también en lo incorrecto. No tenemos la habilidad suficiente para separar la ira o enojo justificados de los no justificados. La vida está llena de altos y bajos. Lo importante es la forma como reaccionamos ante ellos en esta nueva forma de vida. El control propio es de suma importancia. Debemos entrenarnos a nosotros mismos a hacer un alto y pensar antes de actuar. Nos haría muy bien ser más tolerantes con otros y con nosotros mismos. Como una cristiana relativamente nueva o “bebé”, como me gusta referirme a lo que soy ahora, digo que me gustaría ser más como Jesús. Él es nuestro mejor ejemplo.

Así que, aun cuando sea tan frecuentemente doloroso admitir ante otra persona que hemos cometido una injusticia en su contra y que por lo tanto tenemos que disculparnos ante él o ella, la buena sensación que se logra al hacerlo no tiene igual. Por supuesto, eso no quiere decir que podemos seguirle haciendo mal de alguna manera. Un ejemplo sería si alguien ha cometido adulterio con el cónyuge de alguien; no se necesita realmente admitir eso ante él o ella y hacer peor las cosas. Ora a Dios por perdón. Realmente funciona.

— Evie S

## Testimony

### Destronado por el Pecado: Mi Experiencia de Nabucodonosor (Parte 2)

**H**ubo un tiempo en que cuando las alarmas de los automóviles se disparaban, llamaban la atención de quienes podían escucharlas. Actualmente, cuando se dispara la alarma de un carro, es muy común ver que las personas siguen en lo que están como si nada fuera de lo ordinario estuviera ocurriendo. El rey Nabucodonosor mostró esa misma clase de insensibilización y dureza de corazón a los toques divinos de alarma. Durante años cerró su corazón a Dios a través de hábitos pecaminosos. Este es el más terrible de los lugares en que podríamos estar. “Toda transgresión, todo descuido o rechazamiento de la gracia de Cristo, obra indirectamente sobre nosotros... no sólo nos vuelve menos inclinados a ceder, sino también menos capaces de oír las tiernas súplicas del Espíritu de Dios”. (Elena G. White, El camino a Cristo, p. 33). Las consecuencias de su continua y persistente elección de acariciar el pecado dieron como resultado la pérdida de su reino por siete años, la pérdida de su cordura y hasta la pérdida de su humanidad. ¿Notas el tema repetitivo? Siempre va a haber pérdida cuando se acaricia el pecado. El rey Nabucodonosor no era más un árbol noble, sino un humilde tronco tronchado. Tal vez no había sido yo el gobernante de un vasto imperio, como Nabucodonosor, pero yo también perdí mi reino. Todas las buenas cosas que Dios me había dado fueron barridas por un maremoto de terribles consecuencias. Estimo que mi pérdida no fue menos severa que la del rey Nabucodonosor. No tengo siquiera palabras para describir el dolor que experimenté, el dolor que causé y la vergüenza que va delante de mí como un emblema, porque me negué a renunciar a mi conducta pecadora. No nos engañemos: “No se puede continuar en el pecado, por pequeño que se lo considere, sin correr el riesgo de una pérdida infinita” (Elena G. White, El camino a Cristo, p. 32). Más que la pérdida material, el aferrarse al pecado trae la mayor pérdida de todas —la exclusión del cielo y una relación eternamente destruida con nuestro Salvador, quien nos ama incommensurablemente. Esta es la más severa situación de pérdida que podamos imaginar. Aprende de mis grandes errores y de los de Nabucodonosor; no continúes en una vida de pecado a menos que quieras prepararte para una pérdida devastadora.

— Jesse Hoffmeyer



### Sistemas de Apoyo y Recuperación

Mucho se ha escrito acerca de la importancia de un apropiado sistema de apoyo en el proceso de recuperación. Pero, ¿cómo debe ser el apoyo? ¿Cuánto podría ser demasiado? ¿Cuándo el apoyo mismo se vuelve una adicción, o podrá llegar a ser esto posible? ¿Cómo se puede notar la diferencia entre apoyo y habilitación?

Cuando hablo de apoyo me refiero a los recursos que están disponibles para una persona que ha tomado la decisión consciente de abandonar su adicción e instituir un cambio en su estilo de vida no sujeto al poder de las sustancias, comportamientos o estados emocionales adictivos. El apoyo puede tomar la forma de tratamiento organizado, reuniones no estructuradas, grupos o sesiones individuales de terapia, así como a través de familiares, amigos, vecinos, miembros de iglesia y colegas. Cualquier persona o grupo de personas que tocan la vida de un adicto pueden ser incluidas en su sistema de apoyo. Así que, ¿cómo ocurre el apoyo y quién determina lo apropiado de tal apoyo? La adicción puede comenzar como respuesta al estrés, derrota, trastorno emocional, un evento traumático, o la inhabilidad de manejar algún aspecto de nuestra vida. Buscamos consuelo y escape de los sufrimientos de la vida. Pero la naturaleza misma de la adicción es tomar control de nosotros, demandar satisfacción y mantenernos en esclavitud, sin considerar cuáles puedan ser los efectos secundarios si nos atrevemos a abandonar un uso o participación. Y somos totalmente incapaces fuera de la gracia de Dios y la intervención

profesional para hacer cualquier otra cosa fuera de darnos a la adicción. Así que el simplemente hacer la decisión (independientemente de cuán sinceros podamos ser) no va a ser suficiente. La intervención profesional incluirá frecuentemente varias formas de apoyo. En el proceso de recuperación, el apoyo tiene diferentes significados, dependiendo del nivel de entrega y compromiso y la preparación de la persona para el cambio.

Dentro de la familia, la adicción activa perturba la armonía que Dios deseaba, al destruir los lazos familiares, causando discordia matrimonial y dañando también otras relaciones. Dios hace un llamado a la sanidad y restauración de estas preciosas familias y siendo que la adicción es una enfermedad familiar, el proceso de recuperación en su nivel más efectivo debe incluir ciertamente el apoyo de la familia. Sin embargo, la definición de familia ya no se limita a los familiares biológicos, sino que debe incorporar a los amigos, compañeros de trabajo y otras personas dispuestas a hacer el compromiso de participar de por vida en el proceso de apoyo necesario en la experiencia de recuperación. La adicción nos aísla y devalúa y nos vemos inundados de una sensación de vergüenza, culpa y bajo concepto del valor propio. Durante el proceso de recuperación y a través de la interacción con la familia (ya he indicado anteriormente qué incluye la familia), tenemos la oportunidad de recuperar y volver a hacer propias esas interacciones íntimas, personales, alentadoras y reconfortantes

*continued on page 4*

#### RECURSOS

##### Jornada hacia la Vida Plena:



Una serie que puede ser usada en grupos de apoyo o en grupos pequeños como recurso para facilitar la rehabilitación, alejándose de prácticas dañinas y fortaleciendo una íntima relación con Dios en la Jornada hacia una vida abundante. Las guías de los instructores o facilitadores, así como las de los participantes, pueden adquirirse en nuestra tienda en línea en [www. AdventistRecovery.org](http://www.AdventistRecovery.org)

##### Boletín de noticias Jornada hacia la Vida:



Este boletín de noticias bimensual está disponible en inglés, español y muy pronto en francés. Imprime una copia en pdf, descárgala en tu computadora o insíbete para suscribirte y recibirla vía electrónica en [www. AdventistRecovery.org](http://www.AdventistRecovery.org)

##### Recursos Elige la Vida Plena:



Son carteles, calendarios o marcadores—separadores de libros, y folletos que pueden utilizarse para dar a conocer a otros 10 Formas de Elegir la Vida Plena, iniciando una Jornada hacia la Recuperación. Para más información y para hacer un pedido de estos recursos, entra a [www.NADHealthMinistry.org](http://www.NADHealthMinistry.org) y búscalos en la tienda en línea. También está disponible para descargarse, el canto tema Elige la Vida Plena.

##### Unhooked:



Esta es una serie de 28 partes, producida en colaboración entre ARMin y el canal de televisión Hope Channel, que presenta diferentes tipos de conductas adictivas, historias reales y comentarios de expertos sobre tratamiento eficaz. Su objetivo final es traer esperanza de rehabilitación en Cristo. Puedes ver esta serie semanalmente los domingos a las 9:00 p.m., tiempo del Este, en el Hope Channel, o en el canal 368 de Direct TV. El DVD completo con todos los episodios, estará disponible para comprarse en octubre. Para ver episodios previos o para más información, pulsa [www.hopetv.org/unhooked](http://www.hopetv.org/unhooked) o [www. adventistrecovery.org](http://www.adventistrecovery.org)

## NEWS

### DIVISIÓN NORTEAMERICANA

#### Webinar de Mejores Prácticas

El 17 de septiembre de 2013, la Secretaría Ministerial de la NAD patrocinó gratuitamente un excelente webinar titulado “Victoria sobre las adicciones sexuales desde las bancas de la iglesia hasta el púlpito –Ayudando a los miembros y pastores a vencer”. El webinar tuvo buena asistencia y la retroalimentación positiva reforzó la necesidad de continuar proveyendo recursos eficaces en esta área. Este webinar está disponible para descargarse desde la página web ministerial de la NAD, en el enlace Mejores Prácticas. <http://www.nadministerial.org/article/524/media/webinars/past-webinars>.

### UNIÓN SOUTHERN (DEL SUR)

#### Trenton, GA



Frank Sánchez dirigiendo el seminario

Varias personas asistieron al Sábado de Concientización del Ministerio Adventista de Recuperación (ARMin) celebrado en la Iglesia Adventista de Nueva Inglaterra, en Trenton,

GA, el 22 de junio de 2013. El Hermano Steve, de Spartanburg, se unió a Frank Sánchez al dirigir la clase de Escuela Sabática, relacionando los 12 principios de recuperación con la Biblia. Se vio obrar al Espíritu Santo cuando muchos de los asistentes regresaron para el seminario de la tarde. Como resultado, hay interés en iniciar un grupo ARMin en la iglesia.



Asistentes al seminario presentado en la tarde

#### Spartanburg, SC



Pastor David Long (director del Ministerio de Salud y ARMin de la Unión del Sur)

Un grupo de 105 personas y pastores de SC, NC y GA asistieron al taller de trabajo patrocinado por ARMin, Iglesia Adventista Spartanburg, FAVOR, Hospital Regional

de Spartanburg y el Centro de Recuperación Pavillon. Los presentadores exploraron los aspectos físicos, mentales, emocionales y espirituales del problema de la adicción. Se habló de la recuperación familiar y de adolescentes y el Espíritu Santo usó las presentaciones y testimonios para bendecir a todos los asistentes, informó Frank Sánchez – coordinador ARMin de la Unión del Sur.



Los asistentes escuchan la presentación de Lauren Hagel.

### Featured Article *continued from page 3*

que edifican, restauran y elevan a la persona.

Un sistema de apoyo incluye a aquellos que te aman, te reclaman como suyo, te abrazan y te alientan aun cuando no sientas que mereces que te abracen o amen. Los amigos que te apoyan no te juzgan, ridiculizan o condenan aun cuando no sientas que mereces todo lo anterior. Están también aquellos que confrontan tu comportamiento inapropiado, hablan la verdad de su experiencia con respecto a ti y te llaman a cuentas cuando te desvías de la decisión que has hecho. ¿En dónde vas a encontrar este tipo de apoyo? Lo vas a encontrar en los programas de 12 pasos, iglesias, hogares de tus amigos, en tu propia casa, grupos de terapia, en el trabajo y en otros lugares donde vive la “familia”.

Una persona nunca puede tener demasiado apoyo. Sin embargo, los adictos se vuelven demasiado dependientes y comienzan a minimizar la importancia del apoyo o hacen a un lado a aquellos que se los ofrecen. Te darás cuenta si el apoyo ha tomado el lugar de tu adicción si te ves a ti mismo incapaz de pensar o funcionar sin alguien más o algo más gobernando cada una de tus decisiones. Si el pensamiento de que aquello no esté disponible te hace retroceder o replegarte, entonces tal vez necesites observar bien tu respuesta y tu nivel de involucración en tu proceso de recuperación. Las personas con tendencia a la adicción pueden también volverse demasiado dependientes de su grupo de apoyo. Un sano sistema de apoyo está diseñado para conectarnos con Dios, pero podemos también desarrollar una relación no sana con Dios. Dios nos apoya para que lleguemos a ser personas maduras y diferenciadas que pueden ultimadamente elegir libremente depender de él desde una posición plena de reintegración en vez de desde una de debilidad. Esta sí es una dependencia saludable. El apoyo saludable sabe cuándo soltar. Dios sabe cuándo “soltarnos” y cuándo no soltarnos en amante apoyo, con una sabiduría que sobrepasa la de cualquier ser humano.

Joanne Palmer  
Certified Substance Abuse Professional

### Mensaje de la Directora



Me gustaría compartir con ustedes todas las grandes bendiciones que ARMin ha recibido de Dios.

Este año teníamos el blanco de lanzar la serie Unhooked a fin de que miles de personas pudieran quedar expuestas al enfoque centrado en Cristo de la Recuperación.

Por la gracia de Dios, Unhooked se lanzó al aire en el Hope Channel, en abril, y Dios pudo hablarles a muchas personas. Pero no todo terminó allí. Unhooked se ha compilado ahora en una serie de DVD financieramente accesible para cualquiera que la compre y use en conjunto con las reuniones semanales de 12 pasos de ARMin, por todo el territorio de la NAD y más allá del mismo.

Todos los 26 episodios están disponibles en una serie de 8 DVD, por solamente ¡US \$39.99! Esta serie de DVD estará disponible a partir del 15 de octubre en las tiendas en línea de Ministerio de Salud o Adventsource.

Las ganancias de la compra de esta serie en DVD se usarán enteramente para producir y expandir los recursos de ARMin. Muchas personas han solicitado las versiones en español y francés. ¡Ese es nuestro siguiente blanco! Y esta es la forma como puedes ayudar:

1. Ora por las personas que serán expuestas al contenido de esta serie e invita a tus seres queridos a verla.
2. Comienza un grupo ARMin de 12 pasos en tu iglesia, casa, escuela o vecindario.
3. Usa el DVD en tu reunión de 12 pasos o regálalo a alguien.
4. Asiste al entrenamiento oficial ARMin, a fin de que estés al tanto de importantes sugerencias para iniciar, mantener y expandir el ministerio de recuperación en tu iglesia. (Mira algunas oportunidades de entrenamiento en la barra lateral del este boletín).

Te lo agradecemos profundamente y pedimos a Dios que te guíe al elegir usar tu experiencia para ayudar a otros!

*Katia Reinert*

Katia Reinert, Ph.D., CRNP, FCN  
Adventistrecovery@nad.adventist.org  
Health / ARMin Director  
North American Division