

## Reglas para Los Grupos Pequeños

1. Que tu participación esté enfocada en tus propios pensamientos, sentimientos y acciones. Por favor limita tu participación de 3 a 5 minutos.
2. No conversaciones cruzadas por favor. Conversación cruzada es cuando dos personas entablan una conversación durante la reunión. Cada persona es libre de expresar sus sentimientos sin interrupciones.
3. Estamos aquí para apoyarnos unos a otros. No intentemos “arreglarnos” unos a otros.
4. El anonimato y la confidencialidad son requisitos básicos. Lo que se comparte en el grupo permanece en el grupo. La única excepción es cuando alguien amenaza con hacerse daño a sí mismo o a otros.
5. El lenguaje ofensivo no tiene lugar en un grupo de recuperación Cristo-céntrico.

# Celebremos la Recuperación®

## Dependencia Química

### El Problema y la Solución

© Celebremos la Recuperación\*

### Números Telefónicos del Equipo para Rendir Cuentas

Mentor \_\_\_\_\_

Compañeros para Rendir Cuentas \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

## El Problema

Cuando eres honesto contigo mismo, te das cuenta que no puedes dejar de beber o de usar drogas completamente?

¿Tienes poco control sobre la cantidad que consumes?

Probablemente eres un alcohólico y/o un adicto.

**Las características de alguien luchando con dependencia química, pueden incluir, pero no están limitadas a:**

- Mi adicción me aísla de la gente, excepto cuando obtengo, uso y encuentro formas de conseguir más.
- Tengo una incapacidad de lidiar con la vida en términos de vivir.
- He tratado drogas o alcohol, o la combinación de ambas para encontrar contentamiento en un mundo habitualmente hostil.
- He soñado con esa fórmula mágica que resolvería mi problema a la final – a mí mismo.
- A veces, he estado a la defensiva acerca de mi adicción y he justificado mi derecho a usarlas, especialmente cuando usé prescripciones legales.
- Estoy atrapado en la ilusión de “solo por esta vez” o “esta vez será diferente”.
- Cuando busqué ayuda, solamente estaba buscando que el dolor se fuera.
- Mi registro muestra que es imposible para mí usarlas exitosamente.

## La Solución

Creo que solamente hay una solución. Aceptaré a Jesucristo como mi Más Alto Poder y seguiré Su plan para mi vida.

Trabajaré a través de Los Ocho Principios de Recuperación que están en las Bienaventuranzas. Con Jesucristo como mi Más Alto Poder, ¡yo puedo y cambiaré!

## Aprenderemos a:

- Vivir sin beber o vivir un día a la vez con la ayuda del Más Alto Poder, Jesucristo.
- Alejarnos de esa primera bebida. Si no hay una primera, no puede haber una décima y cuando estamos libres del alcohol, la vida se hace mucho más manejable.
- Experimentaremos la paz y serenidad verdaderas que hemos estado buscando.
- Restauraremos y desarrollaremos relaciones más fuertes con Dios y con otras personas.
- Dejaremos de tener comportamientos disfuncionales, compulsivos y adictivos, como un “arreglo” temporal para el dolor.
- Aplicaremos los principios bíblicos de convicción, conversión, rendimiento, confusión, restauración, oración, tiempo a solas con Dios, dando testimonios y ayudándonos unos a otros.

## También estará disponible a:

- Formar un equipo para rendir cuentas: Mentor, Compañeros para rendir cuentas.
- Asistir semanalmente al Grupo de Participación Abierta.
- Comprometerme diariamente a tener un tiempo a solas con Dios y con la Biblia de CR.
- Leer acerca de esta área de recuperación.
- Comprenderás la raíz de cada problema con el que probablemente te identificas y estarás disponible a experimentar dolor, perdón y aceptación.

Conforme te acercas a tu Más Alto Poder, Jesucristo, aprenderás como aplicar los 8 Principios de Recuperación y los 12 Pasos, diseñados para guiarte en este viaje que llamamos “Recuperación”.

Si eres diligente para lograr disposición, integridad, consistencia y honestidad rigurosa, Dios te dará el valor, la fuerza y la capacidad para tomar los pasos necesarios y lograr la libertad de los comportamientos no saludables.