



COMPARTIENDO DESDE DETRAS DE LOS MUROS

Oficina de Servicios Generales de A.A., Box 459, Grand Central Station, New York, NY 10163

Verano 2012

Queridos compañeros de A.A.:

Vamos a abrir nuestra reunión con un momento de silencio seguido por el Preámbulo de A.A.: “Alcohólicos Anónimos es una comunidad de hombres y mujeres que comparten su mutua experiencia, fortaleza y esperanza para resolver su problema común y ayudar a otros a recuperarse del alcoholismo.

“El único requisito para ser miembro de A.A. es el deseo de dejar la bebida. Para ser miembro de A.A. no se pagan honorarios ni cuotas; nos mantenemos con nuestras propias contribuciones. A.A. no está afiliada a ninguna secta, religión, partido político, organización o institución alguna; no desea intervenir en controversias; no respalda ni se opone a ninguna causa. Nuestro objetivo primordial es mantenernos sobrios y ayudar a otros alcohólicos a alcanzar el estado de sobriedad”.*

¿QUÉ ES EL LIBRO GRANDE?

En la mayoría de las cartas publicadas en este número se hace referencia al Libro Grande y puede ser que haya algunos lectores que no sepan lo que es. El libro *Alcohólicos Anónimos*, llamado el Libro Grande, es el texto básico de Alcohólicos Anónimos. Desde la publicación de la primera edición en 1939, ha ayudado a millones de hombres y mujeres a recuperarse del alcoholismo. No se ha hecho ningún cambio en los capítulos que describen el programa de recuperación. En la cuarta y más reciente edición (2001) aparecen algunas nuevas historias personales.

HISTORIAS PARECIDAS A LA MÍA

“Ya hace tiempo que sufro de los efectos alcohólicos. De hecho, este es mi cuarto delito relacionado con el alcohol en los 15 últimos años. Además me han detenido por varios ‘mips’ (menor de edad en posesión de alcohol) y obstrucción de justicia – intentando huir de la policía en estado de embriaguez. Pero todavía creo en Dios y me parece que Él es quien ha evitado que mis circunstancias fueran aún peores. Tengo enorme compasión para con el alcohólico que aún sufre. Perdí a un hermano hace cuatro años por una sobredosis accidental de alcohol y sedantes. He leído casi la mitad del Libro Grande y me quedo fascinado por lo parecidas que son las historias con la mía. Gracias por el apoyo espiritual y emocional. Me ha dado esperanza durante este tiempo entre rejas”. — **Robert M., Región Oeste Central**

“Recientemente conocí a algunos miembros de A.A. que me han introducido al programa de A.A. Me he comprometido a hacer el trabajo porque ya sé que moriré si no lo hago. No quiero morir. Me dieron un libro de A.A. de segunda mano y me encanta. El solo saber que otros han experimentado las mismas cosas es para mí un consuelo. Leí el libro de principio a fin y me parece que cuenta mi propia historia, la historia de mi vida. El libro me hace querer saber más, y otros miembros de A.A. me han dicho que hay otros buenos libros informativos parecidos a éste. Si es posible, me gustaría que me enviaran toda la información disponible. Quiero salvarme la vida y parece que su programa es la única manera de hacerlo”. —

Roberto B., Región Suroeste

“Querido A.A., Solo quiero decirles lo agradecido que me siento por su programa. Siempre tengo a donde acudir cuando me siento a punto de rendirme. Y cada vez que leo el Libro Grande y *Reflexiones diarias* me siento inspirado y lleno de esperanza. Casi la perdí toda debido a mi

alcoholismo y al abuso de las drogas. Tengo 32 años de edad y soy padre de tres hijos. Perdí a mis padres a muy tierna edad. Pero me doy cuenta de que mis acciones son la sola razón por la que me encuentro aquí. Ya sé que soy impotente ante mis adicciones. Ya sé que un Poder Superior puede sacarme del abismo, junto con los Pasos. No tenemos programa de A.A. aquí, y por ello busco la revista Grapevine porque encuentro la esperanza en las historias de otras personas”.

— **Michael K., Región Pacífico**

NO PUEDO HACERLO SOLO

“Gracias por haber dado una respuesta a una pregunta que me ha preocupado durante más de 20 años. La pregunta: ‘¿Cómo conseguir que esto se me pase?’ Ya llevo 63 días sobrio gracias a las reuniones y la Comunidad. Me doy cuenta ahora de no poder hacerlo solo. Dios sabe que lo he intentado. Sesenta y tres días sobrio es un gran logro para mí, pero quiero hacer todo lo que pueda para seguir con esta vida ‘nueva’. He encontrado un padrino y quiero empezar a dar los Pasos”.

— **Michael C., Región Sudeste**

¡RENDIRSE Y VENCER!

“Desde que tenía 17 años he asistido a las reuniones de A.A. (ahora tengo 21 años) pero nunca he experimentado más de 30 días sobrio. Ahora me encuentro alojado en la cárcel municipal esperando un autobús que me llevará a la prisión. Me he ganado este viaje consumiendo alcohol y por las acciones consecuentes. He pasado tiempo en cinco instituciones de tratamiento residencial en los dos últimos años pero solo he cumplido una sola estancia de 28 días. He llegado a darme cuenta de que la falta de éxito se debe en parte al hecho de que he dado todos los Pasos con excepción del Tercero. Nunca entregué mi voluntad plenamente a mi Poder Superior. Acabo de dar ese Paso y ya puedo sentir un cambio. Creo que cuando salga en libertad tendré buenas posibilidades de mantenerme sobrio y trabajar con éxito en el programa. Tengo esperanza. Les agradezco por la maravillosa gente que ustedes han ayudado a recuperarse. Cuando paso un día difícil aquí, siempre puedo encontrar consuelo en las páginas del Libro Grande. Espero vivir una vida feliz y sobria. Gracias por su buena voluntad para ayudarme. No sé cómo será la vida en prisión, pero sí sé que cuando salga libre mi grupo base me estará esperando y tengo grandes deseos de unirme a ellos”. — **José P., Región Pacífico**

EL LIBRO GRANDE ALCOHÓLICOS ANÓNIMOS

“Me encuentro ahora encarcelado en una cárcel municipal donde estoy leyendo el Libro Grande y he llegado a hacer frente a la realidad de que sufro de la enfermedad llamada el alcoholismo. Ya que tengo delante la posibilidad de una condena que cumplir de 14 ½ años, hay poca duda de que haya tocado mi fondo. Aunque es poco probable que vaya a prisión, esta experiencia me sirve como una llamada de aviso. Me siento agradecido de estar aquí porque si no hubiera venido no habría encontrado el libro *Alcohólicos Anónimos*, y por esto estoy muy agradecido. Creo que la sabiduría y la camaradería que A.A. tiene que ofrecer debe difundirse por todas partes. Especialmente en un lugar como éste, que está plagado de alcohólicos y drogadictos como yo. Estoy muy agradecido de que se me haya dado esta oportunidad en un momento de mi vida en que estaba rezando por un ‘milagro’ que me pudiera ayudar”. — **Charles T., Región Este Central**

“Les escribo por la invitación que aparece en el Libro Grande y porque debido a cambios en mi internamiento no tengo acceso a las reuniones de A.A. Me dieron de alta en rehabilitación, pero de verdad quiero mantenerme sobrio y recuperarme. El Libro Grande me ha ayudado mucho. Necesito que alguien me ayude en el trabajo de los Pasos porque ya no tengo madrina. He llegado a depender de A.A. para apoyo emocional. Con la ayuda de Dios y este programa, puedo llegar a ser la mujer que siempre había querido ser. Me gustaría seguir desarrollándome en la Comunidad”. — **Cassandra P., Región Pacífico**

“Tengo 20 años y soy adicto al alcohol. Empecé a los 11 años. Después de que enviaran a todos los sitios posibles para obtener ayuda, me quedé solo a los 17 años. A los 20, encontré la cárcel. Durante ese tiempo, me di cuenta de que necesitaba cambiar. Salí en libertad y volví cinco veces por crímenes relacionados con el alcohol. Tengo que tener alcohol para vivir. Tenía planeado tomar una sobredosis total hasta que me arrestaron por no cumplir con las normas de mi libertad condicional. Sin duda eso fue un acto de Dios. Ahora quiero empezar mi propio negocio, ir a la universidad y vivir la vida hasta alcanzar todo mi potencial. Ahora sé que el próximo paso es ir a una casa de transición y enfocarme en la sobriedad y la recuperación. El Libro Grande ha sido mi principal inspiración. Muchas gracias”. — **Randall B., Región Suroeste**

“Desde que me arrestaron, me he estado pudriendo en esta celda pensando en lo mucho que he desperdiciado mi vida y cuánto tiempo me queda para cambiar. He empezado a leer cualquier libro que cae en mis manos para ayudarme a pasar el tiempo. Por algún milagro, el primer libro que encontré fue el Libro Grande, *Alcohólicos Anónimos*. No era muy aficionado a la lectura cuando estaba fuera, o sea que la posibilidad de que yo alguna vez abriera ese libro era muy pequeña. Empecé a leer el libro y me identificaba con muchas cosas. Solía dejar de leer cuando no estaba de acuerdo con algo que leía o encontraba algo que no quería ‘oír’. No obstante, lo volvía a coger para seguir leyendo. Lo he terminado de leer de principio a fin y he marcado muchas páginas. Actualmente estoy trabajando en los Pasos aquí adentro, pero no me siento tan confinado como antes. Me doy cuenta de que mi camino hacia la sobriedad y la base espiritual será más difícil de conseguir al otro lado de estos muros. Estoy trabajando en el Tercer Paso como un agnóstico que cree en un poder superior a sí mismo”. — **Toby M., Región Sudeste**

“He conseguido un Libro Grande de A.A. y lo he estado leyendo. Nunca había leído nada del libro y no sabía que me iba a abrir un mundo nuevo para mí. No sabía que A.A. era un programa espiritual. Me asombra que después de 24 años de estar dentro y fuera de A.A. finalmente entiendo los Pasos Tres y Cuatro. Estoy cumpliendo una condena a cadena perpetua por algo que sucedió cuando estaba borracho. Y he llegado al punto en que tengo que vivir drogado o borracho el resto de mi vida; no estoy seguro de que quiera seguir viviendo. Así que por haber tenido un despertar espiritual como resultado de leer el Libro Grande de A.A., voy a tratar de vivir sobrio. En otras palabras, finalmente he dado los Pasos Tres y Cuatro”. — **Richard E., Región Sudeste**

ESPERANZA

“Soy un bebedor que siempre acaba en lagunas mentales y esta no es la primera vez que estoy encarcelado debido a mi forma de beber. Casi maté a un hombre hace tres años después de beber dos galones de vino y doce botellas de cerveza. Fui a la casa donde estaba mi esposa y me encontré enfrentado a un hombre. No recuerdo nada de lo que pasó después. Me arrestaron. Me siento tan avergonzado de mí mismo que no sé lo que hacer. Quiero volver con mi familia, pero sé que les he hecho demasiado daño. Quiero ayuda y quiero ser feliz en la vida viviendo sobrio y con paz mental. Sé que A.A. puede ayudarme porque estoy dispuesto a hacer todo lo posible para dejar de beber. Conseguí su dirección en un libro de A.A. que encontré al que le faltaban 246 páginas al principio. Tuve un despertar espiritual cuando me lo llevé a mi celda y leí las historias de los hombres y mujeres que se esforzaban para dejar de beber. Algunas de las historias me hicieron llorar porque aún hay esperanza para mí y mi familia. Escribo a A.A. para pedir ayuda”. — **Aurelio A., Región Pacífico**

SEGUNDO PASO

“Esto de la sobriedad es algo muy nuevo para mí. Había tocado fondo y aún seguía tratando de caer más bajo cuando me arrestaron. Aun así, no era lo suficientemente listo como para darme cuenta de que mi vida había llegado a ser ingobernable. Tuve que pasar dos semanas en tratamiento, asistir a ocho reuniones de A.A., y conocer algunas magníficas personas antes de aceptar que estaba exactamente donde debía estar. He entregado mi vida al cuidado de mi Poder Superior y Él ya está trabajando en mi vida. Gracias a A.A. y algunos hombres que quiero que sean mis amigos. Residimos en uno de los sitios más egoísta que existe — la cárcel. Pero estos hombres han demostrado interés en mí y en mi sobriedad. Rezo por que con el ejemplo que me han dado estos hombres yo pueda hacer lo mismo y ayudar a un compañero alcohólico a empezar este camino hacia la sobriedad”. — **Robert A., Región Sudeste**

A PUNTO DE SALIR EN LIBERTAD CONDICIONAL

“Me gustaría empezar diciendo lo agradecido que estoy por el cariño y la ayuda que me ha dado esta Comunidad durante los 4½ años de mi encarcelamiento. Ustedes me han salvado la vida. He estado esperando que llegara el día en que pudiera escribirles esta carta porque ahora me quedan seis meses antes de salir en libertad condicional. He estado asistiendo a las reuniones de A.A. todo el tiempo que he estado encarcelado y tengo mucho interés en recibir noticias de alguien que viva donde yo voy a residir cuando salga. Me encantaría que alguien me acompañara a mis primeras reuniones afuera desde el día que yo salga en libertad condicional. Tengo mucho miedo de salir y no sé lo que voy a decir cuando vaya a mi primera reunión afuera o incluso no sé dónde puedo encontrar reuniones. Les ruego que me ayuden. Recibí una carta de la Oficina de Servicios Generales que decía que me podían ayudar y de verdad espero que así sea. Quiero volver a decir una vez más gracias por toda la ayuda y el cariño”. — **Travis P., Región Pacífico**

SERVICIO DE CORRESPONDENCIA DE CORRECCIONALES

“Hola, soy un antiguo consejero de drogas y alcohol que recayó, fue arrestado y encarcelado por hurto mayor. Tengo problemas de salud relacionados con la bebida y la condena de seis años que me han dado puede ser superior al tiempo que me queda de vida. El año pasado escribí para solicitar el servicio de correspondencia de correccionales. El primer enlace resultó ser desafortunado porque el hombre estaba sobrio tan solo unos meses. Les volví a escribir dos semanas más tarde, otra persona se puso en contacto conmigo y después de los intercambios iniciales, le pedí que fuera mi padrino. Me está ayudando a trabajar en los Doce Pasos de recuperación en forma clara, simple y detallada. Es asombroso. Hoy día estoy haciendo limpieza y si muero antes de la fecha de mi puesta en libertad en 2015, podré descansar en paz, sobrio y en recuperación gracias a Alcohólicos Anónimos y al Servicio de Correspondencia de Correccionales. Gracias”. — **Dean G., Región Pacífico**

SERVICIO DE CORRESPONDENCIA DE CORRECCIONALES (SCC)

Si vas a estar encarcelado *más de seis meses* y tienes interés en intercambiar correspondencia con un miembro de A.A. de afuera, con quien puedes compartir experiencia relacionada con tus problemas con el alcohol, escribe a la OSG para inscribirte en el Servicio de Correspondencia de Correccionales. Se emparejan a los correspondientes al azar; los hombres escriben a los hombres y las mujeres a las mujeres.

CONTACTOS ANTES DE LA PUESTA EN LIBERTAD

Si escribes a la OSG con una antelación *de tres a seis meses* a la fecha de tu puesta en libertad, y nos dices adónde vas a vivir (ciudad y estado), podríamos intentar hacer arreglos para que tuvieras a alguien a quien escribir justo antes de salir en libertad. De esa manera, tendrías la posibilidad de ponerte en contacto con un A.A. residente en el pueblo en que vas a vivir que te podría ayudar a hacer la transición de A.A. “adentro” a A.A. de “afuera”.

Esperamos tener noticias tuyas.