



COMPARTIENDO DESDE DETRÁS DE LOS MUROS

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

Verano 2016

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”.*

“UN LIBRO DE A.A....”

“Al norte extremo, alrededor de Point Barrow, Alaska, dos prospectores de petróleo salieron juntos y consiguieron una cabaña y una caja de whisky. El tiempo se puso muy frío, la temperatura descendió a cincuenta grados bajo cero y ellos estaban tan embriagados que dejaron apagar el fuego que los calentaba. A punto ya de morir por congelamiento, uno de ellos se despertó a tiempo para reavivar el fuego. Salió a buscar algo de combustible y miró dentro de un barril de petróleo que tenía una gruesa capa de agua congelada. Allá dentro del hielo vio un objeto rojizo amarillento. Lo descongeló y resultó ser el libro de A.A. Uno de los dos leyó el libro y dejó de beber. La leyenda es que aquel hombre se convirtió en el fundador de uno de nuestros grupos del más lejano norte”.

Como lo ve Bill, pág. 245

EL LIBRO GRANDE, ALCOHÓLICOS ANÓNIMOS

“Encontré un ejemplar de la Cuarta Edición de su Libro Grande en un cubo de basura. Empecé a leerlo y dejé de decirme mentiras a mí mismo. En el mundo libre yo era un alcohólico funcional. A todo el mundo le parece entretenido o estupendo la cantidad de licor que me podía beber sin acabar borracho. Varias tragedias personales en mi vida me impulsaron a beber cada vez más y a comportarme muy mal. Y todo esto me trajo aquí. Mi vida es un desastre. Su libro me ha dado esperanza. Me hubiera gustado unirme hace años al programa. En ese caso todavía tendría vida y libertad. No hay programa de A.A. en esta institución, es un lugar lúgubre. Su libro me abrió la mente más que nada que haya conocido nunca en mi vida. Todo lo que he leído parece que fue escrito personalmente para mí”.

— **James S., Región Sudeste**

“Doy gracias a Dios por el Libro Grande y el programa de A.A. Hace años que soy una persona adicta, a la droga, al alcohol, y, por supuesto, al temor y al autoengaño. No he podido de parar de leer el libro desde que empecé. Me siento asombrado de no haber encontrado ni una página que no cuente mi propia historia o una esperanza que no cante a mi propia alma. En palabras resumidas, quiero lo que ustedes tienen y estoy dispuesto a hacer todo lo necesario para conseguirlo. He descifrado los Doce Pasos lo mejor que he podido sin contar con ayuda. He llegado estar dispuesto a pedir la ayuda que deseaba desesperadamente”. — **Shane A., Región del Pacífico**

“Cada vez que salgo en libertad de la prisión, me mantengo sobrio, asisto a reuniones y ayudo a otras personas y hago todas las buenas cosas de una vida sobria. Hasta que algo me sucede o vuelvo a sentirme solo o mal querido. Y entonces vuelvo a lo mismo de siempre. Acabo de leer el Libro

Grande de principio a fin y estoy tratando de enseñarme a poner en práctica, verdaderamente poner en práctica esta vez el programa de A.A. Estoy intentando hacer un minucioso inventario moral de mí mismo sin temor”. — **David S., Región Sudeste**

...Y OTRA LITERATURA DE A.A.

Esta es la primera vez que he leído un folleto de A.A. y he encontrado para mí gran sorpresa algunas palabras muy poderosas e inspiradoras. Me ha dado una nueva idea de lo que pasa en las reuniones de A.A. Yo era el que decía: puedo hacer esto por mí mismo. Se podría decir que ya me he despertado despabilado, dándome cuenta por fin de que no voy a lograrlo de esa manera. Como dice en el Libro Grande, necesitas un sistema de apoyo. Y esta vez espero hacerlo como se debe. Empecé a beber a los veinte años. He perdido a mis padres a causa de esta enfermedad. Para mí ya es hora de dar vuelta a esta página de mi vida”. — **Anthony G., Región Sudoeste**

LAS REUNIONES ... ‘DE IMPORTANCIA VITAL PARA MI SENTIDO DE ESPERANZA’

“Llevo casi dos meses sobrio y las reuniones diarias que tenemos en aquí son de importancia vital para mi sentido de esperanza. Les agradecería que nos mandaran ejemplares del Grapevine, haríamos buen uso de la revista para llevar el mensaje de A.A. no solo a mí mismo, sino a otros hombres encarcelados aquí que están intentando cambiar sus vidas, un día a la vez. Gracias por hacer lo que hacen para contribuir a preservar el legado de A.A. de ayudar a gente a recuperarse de un estado desesperado de mente y cuerpo”. — **Robert C., Región Sudeste**

“Lo que más me encanta de A.A. es el que existan hombres y mujeres parecidos a mí. Es maravilloso que haya gente que se toma la molestia de venir a esta cárcel para compartir sus vidas y sus historias con nosotros. Vienen tres veces a la semana, y creo que es maravilloso que lo hagan. Celebraremos una reunión esta noche. Espero que sea una buena reunión porque la necesito”. — **Mike A., Región Noreste**

“En nuestras reuniones contamos con 60-80 reclusas y nueve voluntarias de A.A. de afuera. Son individuos fantásticos. Forman parte de nuestras vidas. Tengo la suerte de poder hacerles muchas preguntas. Lo hago porque ya sé los desafíos que me esperan cuando salga en libertad. Cada semana trabajamos en un Paso y las voluntarias hablan acerca del Paso de la semana. Para mí, el Primer Paso y la Oración de la Serenidad son de importancia clave para encontrar lo que buscamos en el programa”. — **Lis S., Región del Pacífico**

“Cuando llegué a la prisión estaba muy deprimido. Había estado bebiendo sin parar. Estaba funcionado, pero mi vida había llegado a ser verdaderamente ingobernable. Había perdido a mi mujer, mi casa, y toda posibilidad de salir antes de pasar siete años. Y ¿todavía sin haber tocado fondo? Los alcohólicos podemos ser muy testarudos. Hace más de tres años que soy miembro de nuestro grupo “Libres adentro” – haciendo servicio, coordinando reuniones, hablando con los principiantes. Esto siempre me ayuda a mí tanto como les ayuda a ellos. Votamos por no servir café para evitar que los hombres asistan solo para tomar café. Así mantenemos nuestras reuniones sinceras. Los voluntarios que vienen de afuera nos dicen que la nuestra es la reunión más poderosa de todas a las que asisten, aun más que sus propias reuniones de afuera. Es difícil seguir positivo aquí en prisión, pero si doy los Pasos y vivo un día a la vez, pronto pasará esta pesadilla”. — **Michael R., Región Sudeste**

“Desde que estoy aquí en la institución he estado muy involucrado en la comunidad de A.A. Yo también iba a las reuniones cuando estaba afuera, pero era lo único que hacía en aquel entonces. No participaba en nada ni era activo de ninguna otra manera. Pero desde que me encarcelaron decidí que de verdad quiero ver un cambio en mi vida. Así que he abierto la mente completamente y estoy dispuesto a poner en práctica este programa espiritual tan sencillo. Y con toda sinceridad puedo decir que mi vida ha cambiado. Ahora realmente soy una persona más feliz, ¡y estoy en una cárcel! Es como un poco surrealista. He aprendido que no se trata de dónde estoy ni la situación en que me encuentre. Se trata de lo que yo haga en esa situación y cómo bregue con ella. He llegado a la conclusión de que una vida espiritual es una mejor vida en todos los sentidos, y me encanta”. — **Jason G., Región Este Central**

“Apenas estoy llegando al punto de salir de la etapa de la negación, en que culpaba a todos los demás por yo haber parado aquí. Pero como me dice la familia, el que me metió aquí fui yo mismo. Yo tenía todo lo esencial que un hombre pueda querer: un buen carro, una casa chévere, un buen trabajo. Entonces dejé de ir a las reuniones y vivir el modo de vida de A.A. y volví a pasar el tiempo en los viejos puntos de encuentro. ¡Y para qué fue eso! Sin darme cuenta, me encontré metido de lleno en el ambiente de antes. En vez de buscar ayuda y regresar a A.A., seguí en lo mismo, pensando que me podía enderezar por mi cuenta. Empezaron los problemas con mi pareja y simplemente no usé las herramientas que A.A. me había entregado tan libremente. Ahora con la mente y el espíritu claros puedo ver dónde me desvié. Cuando salga de la cárcel, quiero empezar con las reuniones enseguida, conseguir un nuevo padrino y buscarme un buen trabajo”. — **William L., Región Nordeste**

“Hace casi veinte años que estoy en la cárcel, pero hasta hace unos pocos años no pensaba que era posible lograr el estado de sobriedad. Básicamente, cuando no bebo y no me meto drogas, no cometo un crimen. Como decía, ya van unos años que me estoy manteniendo limpio y sinceramente he aceptado el hecho de que puedo seguir así sin volver a la bebida o las drogas. Les estoy escribiendo, así que tengo la esperanza de que me puedan ayudar a encontrar un padrino que me anime a seguir en el camino recto, libre de drogas y sobrio”. — **Wayne S., Región Pacífico**

“ESTOS SON LOS PASOS QUE DIMOS”

“Mi Poder Superior me sigue diciendo que debo mandarles una carta para empezar a trabajar en los Pasos y no volver a parar aquí tan pronto como salga libre. No quiero dar marcha atrás en la guerra que se está librando dentro de mí. Quiero ser el papá para mis hijos que ellos conocían al principio y no el padre monstruo a quien le cogieron miedo. Sé que tengo que hacer esto por mí mismo. Así que quiero trabajar en los Pasos y empezar a cambiar lo que pueda para adelantar el día en que pueda caminar sin tener estas cadenas atadas a los pies”. — **John S., Región Oeste Central**

“Muchos hombres que son miembros de pandillas se criaron en una familia en que la actividad pandillera era lo normal. Está bien enraizado en nosotros, así que es muy difícil dejar nuestros defectos de carácter y deficiencias con los defectos anormales tan profundamente arraigados. Mi inventario de los Pasos Cuatro a Ocho me ayudó a sanar, a asumir la responsabilidad por mi comportamiento en el pasado e identificar la causa de mi sufrimiento. Pude perdonar a los que me hicieron daño y perdonarme a mí mismo por el daño que les causé a los demás. El Paso Nueve me ayuda a enmendar el mal que he hecho. La oportunidad de enmendar el daño es algo bello y maravilloso. Los que hemos dado los Doce Pasos ayudamos a los demás a ver que sí es posible cambiar”. — **George R., Región Pacífico**

DÍA A DÍA

“La experiencia de la cárcel es una gran lección de humildad. No ha sido nada fácil pasar por esto, pero, gracias a la ayuda de A.A., me preocupó de un día a la vez. Manténganme en sus oraciones. Gracias a todos ustedes por su preocupación por mí, por el esfuerzo y el tiempo que me han dedicado. La cárcel realmente es un lugar en que uno tiene que empezar de nuevo. Yo sólo necesitaba una oración en este momento por que las cosas mejoren”. — **Agressa P., Región Sudeste**

NO TE DETENGAS ANTES DE OBRARSE EL MILAGRO

“Hace poco me pusieron en una sala del hospital de la cárcel y me informaron que me quedaría aquí hasta expirar. Los doctores dijeron que no podían hacer nada más por mí. El sol brillaba por la ventana cada día y aparecían unos arcos de luz en las paredes. Les llamaba mis alas de ángel. Mi Poder Superior, mi Padre, Dios estaba mandándome sus ángeles para que me cuidaran y protegieran. A.A. es una de las mejores formas de mejorar la vida de uno. Yo estaba seguro que mis hermanos de A.A. en la unidad estuvieran orando por mí. Me preguntarás, ¿cómo lo podía saber? Porque yo también estaba orando por cada uno de ellos”. — **David J., Región Sudeste**

“Durante muchos años pensé que el alcohol era lo único en el mundo que podía hacerme sentir normal. Me han puesto en rehabilitación varias veces. Entonces conocí A.A. por primera vez. Hace unos 15 años, después de tener hijos, empecé a tomar la vida más en serio, pero lamentablemente ni ellos pudieron hacerme dejar de tomar. Estoy cansado de estar dando vueltas, haciéndole daño a la gente que quiero, sintiéndome torpe, bebiendo y acabando en la cárcel. Por fin empecé a ir a las reuniones y conseguí un padrino. Me he dado cuenta de que la vida que quiero no se va a dar a menos que me mantenga sobrio con A.A. No quiero echar a perder más de mi vida atrapado en un círculo vicioso. Desde que vuelvo a las reuniones me siento feliz y estoy echando hacia delante. Creo que cuanto más contacto tenga con gente sobria mejor será para mí”. — **Nick W., Región Sudeste**

“LO ESENCIAL FUE LA ACEPTACIÓN”

“He estado en la cárcel tres meses. Hubo un tiempo corto de estar afuera pero a los cuatro días me volvieron a poner en el calabozo. Desde entonces, empecé a leer el Libro Grande. ¡Lo más difícil fue seguir leyendo más allá de la primera página de la historia de Bill! ¡He estado tratando de llegar a la próxima página desde que tenía 20 años! ¡Han pasado seis años! ¡Ahora marco con subrayas, estrellitas, círculos y cuadros los pasajes con que me identifico cien por ciento! Mi cita favorita, la que repetiré todos los días hasta el día que me muera, es la que dice, ‘Tendré éxito hoy si no bebo’. La historia ‘La clave fue la aceptación’ fue muy conmovedora. La vida familiar ha sido una verdadera lucha. Tengo un hijo de cinco años. Tengo una bella novia con quien me iba a casar este año, pero lo único que logré fue hacer trizas ese plan. He mantenido un estado de sobriedad por dos semanas y un día. Sólo quiero darles las gracias a todos aquellos comprometidos a llevar el mensaje de A.A. Hoy ya puedo ver en mí una voluntad de cambio y una diferencia de actitud y pensamiento. Y he logrado todo esto admitiendo que soy impotente y creyendo en un Poder mayor que el mío”. — **Ryan B., Región Pacífico**

“La última que mis hijos recuerdan fue verme a mí en la parte de atrás de un coche de patrulla, y lo último que recuerdo yo son las lágrimas en sus ojos y mi ex novia llevándoselos. El alcohol ha torturado mi vida y destrozado mis sueños. No sé lo que me reserve el destino, pero estoy dispuesto a hacer cualquier cosa por restaurar lo que quede de mi vida. Espero su ayuda, y que Dios los bendiga”. — **Richard 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 corresponsales 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 a dónde 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.