



COMPARTIENDO DESDE DETRÁS DE LOS MUROS

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

Primavera 2022

Estimados amigos de A.A.:

Vamos a empezar nuestra reunión con un momento de silencio, seguido del Preámbulo de A.A.

“Alcohólicos Anónimos es una comunidad de personas 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 derechos de admisión 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” .*

Las reuniones de A.A. son geniales

“Hoy nos reunimos en el edificio 118, leímos las *Reflexiones Diarias*, *Como lo ve Bill* y el Padrenuestro. De forma anónima, puedo decirles «Hola» a otros dos miembros de A.A. Hoy necesito mi literatura y mis Pasos. Tengo padrinos de A.A. fuera de estos muros, de Georgia y Pennsylvania. Las reuniones de A.A. son geniales y agradezco estar vivo. La reunión de A.A. que tuvimos hoy fue excelente, pero los voluntarios que vinieron fueron supergeniales. En comunidad” . — John C., Región del este central

“Mi fecha de sobriedad es el 19 de julio de 2021. A los 13 años, bebí mi primer trago con algunos amigos más grandes. Por supuesto, ese fue el día en que cambió mi vida. Perseguí esa misma borrachera durante 25 años. Me costó mi casa, mi auto y mi familia. Actualmente, estoy cumpliendo una condena de 11 años como resultado del consumo de drogas y alcohol. Jamás me vi como alcohólico porque estaba en una etapa de negación. Me metí en problemas y ahora estoy acá, sentado en una sala, compartiendo con otros 28 hombres exactamente como yo. En octubre de 2017, me involucré con el programa de A.A. Pensaba que las personas estaban locas, cuando

decían: ‘Hazlo fácil. Un día a la vez’. No tenía idea de que una vez sembrada la semilla, me cambiaría para siempre. Entré y salí del programa hasta que, finalmente, toqué fondo. Completamente solo, deambulando por las calles, huyendo, llamé a un hombre del programa de A.A. que siempre me había apoyado en las buenas y en las malas. Muchas veces atendió mis llamadas —sin juzgar mis errores o decisiones. Allí fue cuando mi vida tuvo sentido y decidí cambiar. No diré que fue fácil, pero con la ayuda del programa de A.A. he aprendido a lidiar con mis problemas, un día a la vez” . —

Torryan H., Región sureste

“Los artículos que enviaron son más que apreciados y les dimos un buen uso de inmediato. Muchísimas gracias. Debido al COVID-19, al coordinador de nuestra Área no le ha sido posible estar aquí, sin embargo, nos avisó que volvería tan pronto pudiera. Aquí ocurren tantos cambios de vida y es sorprendente ver que la mía está incluida. Todo ha sido posible debido a los materiales del programa de A.A. Estamos agradecidos por su servicio” . — Christopher G.,

Región del este central

“¡Hola desde la Región sureste! Actualmente me encuentro en prisión esperando la próxima decisión respecto de mi caso.

“Pensaba que las personas estaban locas, cuando decían: ‘Hazlo fácil. Un día a la vez’. No tenía idea de que una vez sembrada la semilla, me cambiaría para siempre”.

Estoy sentenciado a cadena perpetua en prisión y he estado en confinamiento solitario durante casi dos años. Dicen que hubo un error, luego solo me pusieron en confinamiento solitario nuevamente. No he hablado con mis hijos desde el día en que me arrestaron. Suena mal, ¿no? Pero, nuevamente, pienso en este hombre que estaba en una reunión de A.A. afuera de estos muros hace 15 años (era una reunión a la luz de las velas). Compartió su historia acerca de lo agradecido que

“Aun cuando la vida no sea perfecta, vale la pena trabajar diariamente para cambiar. Incluso cuando siento debilidad, aún hay esperanza”.

estaba por asistir a la reunión y estar en recuperación. Esta reunión le ofreció un lugar a donde ir. Su hijo acababa de fallecer por una sobredosis ese mismo día. Si pudo mantenerse sobrio (luego de atravesar eso), entonces yo podía. Una persona que conozco me ofreció drogas aquí en la cárcel. Ella hace mucho que se fue, pero yo sigo pensando en las drogas. Otras mujeres estaban preparando alcohol. Gracias a Dios, todas se fueron bajo fianza también. Toda esa presión hizo que sintiera que el confinamiento solitario fuese como un obsequio. Una vez que dicten mi sentencia, podrán ubicarme con la población en general y podré asistir a las reuniones de A.A. que se organizan acá en la institución. Gracias por dejarme compartir”. — **Bec N., Región sureste**

“Muchísimas gracias por enviarme los folletos por correspondencia. Me encuentro en una institución de Texas por conducir en estado de ebriedad. No es mi primera vez. Estábamos en confinamiento; sin embargo, pudimos tener nuestra cena de Navidad. Mi vida ha sido una lucha, de principio a fin, pero tengo algunos amigos en A.A. en un grupo de Houston. Siempre han estado ahí cuando los necesité. Mi madre falleció el 23 de diciembre de 2021. Ya pronto me liberarán. Siempre que mantenga una actitud positiva, y por la gracia de Dios, permaneceré sobrio y alejado del alcohol. Que Dios los acompañe”. — **James R., Región suroeste**

Esta vez se siente diferente

“¡Felices fiestas! Me llamo Chris y soy alcohólico. Tengo 37 años. Esta vez algo se siente diferente. Indudablemente, me siento en paz, como no me había sentido antes. Miro hacia atrás y me doy cuenta de tantos momentos en que el tiempo y los sucesos parecían señalarme la dirección correcta hacia donde ir —cosas sutiles; pero, aun así, los grandes sucesos parecen pequeños en el contexto general. Las experiencias espirituales han sido parte de mi vida desde que era niño. Ahora puedo apreciar el espíritu, no necesito una explicación. Solo puedo ser yo mismo. Cuando salga de prisión para reinsertarme en libertad a la sociedad espero poder continuar haciéndolo un día a la vez. Hasta entonces, continuaré viviendo la vida de A.A. aquí. En esta institución se organiza una reunión los días viernes y acabo de asistir a mi primera reunión la semana pasada. El coordinador incluso distribuyó copias del “Doce y Doce” y del

Libro Grande —obsequios invaluable, realmente. Hoy en día, tengo la mente abierta, trabajando en la honestidad diariamente y dispuesto a ver la vida como un regalo. Aun cuando la vida no sea perfecta, vale la pena trabajar diariamente para cambiar. Incluso cuando siento debilidad, aún hay esperanza. — **Chris M., Región del este central**

“Hola, me llamo Enrique. Soy un muchacho de 36 años, y cumplo una sentencia de 45 años de prisión. En la actualidad me encuentro alojado en una prisión de California y ya he cumplido 13 años de la sentencia. Puedo decir que el alcohol y las drogas contribuyeron a que llevara un estilo de vida delictivo. El alcohol siempre me ha dado más valentía —me hacía sentir que podía hacer cualquier cosa. Solía gustarme la sensación que me daba. Pero, con el correr del tiempo, me di cuenta de que el alcohol solo me llevaba a meterme en problemas o hacer cosas estúpidas. Hace cuatro años, me uní al grupo de A.A. acá en la prisión. Pude identificarme con otras personas del grupo. Sí, todos venimos de diferentes orígenes y de diversos caminos de la vida, pero todos teníamos el mismo problema: la adicción al alcohol. Ya hace dos años que me mantengo sobrio, y me siento genial, aunque en ocasiones tengo antojos de beber. Desde que comenzó la pandemia del COVID-19, se han cancelado todas las clases y las reuniones de grupo. Afortunadamente, tengo mi libro de A.A. en qué apoyarme. Me gustaría que alguien me ayude a mantener la sobriedad. Espero tener noticias suyas”. — **Enrique I., Región del pacífico**

“Quisiera agradecerles a todos por su ayuda y por colocarme en el Servicio de Correspondencia de Correccionales. Recientemente, recibí una carta de un caballero de Arizona. Comenzamos a escribirnos —qué bendición. Las fiestas pueden ser particularmente difíciles estando en prisión y rezo

“Dios me ama incondicionalmente. Me dio el don de la gracia y la recuperación a través de A.A., desde sus corazones al mío. Debo recordar darlo todo —de alejarme del egoísmo y ayudar a alguien”.

para no volver a dar por sentada a mi familia, mis amigos y, en especial, mi sobriedad cuando regrese a casa. Espero que hayan tenido un Año Nuevo maravilloso. Dios los bendiga y bendiga a nuestra Comunidad en recuperación”. — **Michael D., Región noreste**

Voluntad para cambiar

“Me llamo Jesse y me identifico como alcohólico. Actualmente estoy en una cárcel de Kentucky y me inscribí en un programa

sobre abuso de sustancias. Organizan reuniones de A.A., pero la asistencia es voluntaria. Comencé a asistir a las reuniones y supe que debía estar ahí. Conocí a un par de personas en el grupo que me inspiraron. Por la gracia de Dios, se puede ver mi voluntad para cambiar, y si bien me encantaría llevarme todo el crédito por el cambio, sé que no fui yo. Recé para tener el valor de acercarme a uno de estos muchachos que mencioné y pedirle ayuda con los Doce Pasos. Él estuvo de acuerdo de inmediato (jajaja). ¡Dios es genial! Fuimos a una sala y hablamos y, para resumir, ¡hice el trabajo del Primer Paso! También me motivó para que escriba esta carta. Incluso, no estoy seguro de lo que quiero pedir; creo que solo deseo que me escuchen. Sé que he visto los efectos de la Comunidad de A.A. y me encantaría ser parte de eso, si fuera posible. Gracias por su tiempo”. — **Jesse O., Región sureste**

“Me llamo Manny. Soy alcohólico y ferviente creyente de mi Poder Superior, a quien elijo llamar Dios. Realmente no puedo decir cuándo me volví alcohólico. Lo que sí sé es que he estado huyendo por temor a las personas que me conocen, lo que hace que no les abra mi corazón y los deje acercarse. Mientras miro a través de la venta de mi celda, veo la escuela primaria y la escuela secundaria a las que concurrí. Mi vida de niño pasó como un abrir y cerrar de ojos. Una cosa que sí recuerdo es que me encantaba correr en las pistas de carrera de fondo. Sentía que podía correr muy rápido, que podía perderme y que no me encontrarían jamás. Luego, el alcohol se involucró en mi vida, donde mi objetivo principal era perderme. Ya no huía del temor, sino que lo atacaba hasta que me despertaba. Tengo 60 años y he estado en prisión más de 16 veces a causa de la bebida. Ahora estoy cumpliendo mi tercer año en prisión. Gracias a mi Poder Superior, soy libre. He levantado los brazos en señal de rendición; estoy enfermo y cansado de estar enfermo y cansado. Me estoy liberando y dejando que Dios me guíe. Hoy me siento agradecido, libre de las ataduras del alcohol”. — **Manny G., Región del este central**

“Me llamo Marco y soy alcohólico. Comencé a beber cuando tenía 12 años y tomé muchas malas decisiones. Ahora me encuentro cumpliendo una larga condena en prisión, haciendo el mejor esfuerzo por cambiar. Me sentí muy agradecido cuando recibí su información sobre este Servicio de Correspondencia de Correccionales. Ha pasado mucho tiempo desde la última reunión de A.A. a la que asistí. He estado en lista de espera para asistir a una; pero, a veces, las cosas pueden ser un poco lentas acá. Afortunadamente, alguien de afuera de la prisión me escribirá pronto. Quiero tener un padrino y trabajar los Doce Pasos de A.A. Les agradezco su tiempo y la dedicación hacia todos nosotros, los que

necesitamos sus servicios. Muy agradecido de mi parte”. — **Marco B., Región del pacífico**

“Gracias por el paquete de literatura de A.A. Llegó justo a tiempo, cuando reflexionaba sobre cómo mantenerme

“Durante los cuatro meses que he estado en este tratamiento, comencé a amarme. Ya no veo mis errores pasados como fracasos, los veo como peldaños para llegar a donde necesito ir”.

enfocado en mi recuperación. Ya saben de qué se trata: mi cabeza me causó varios problemas. Quisiera tener un rompenueces para ver qué clase de nuez soy —creo que soy una buena. Dios me ama incondicionalmente. Me dio el don de la gracia y la recuperación a través de A.A., desde sus corazones al mío. Debo recordar darlo todo —de alejarme del egoísmo y ayudar a alguien. Llegaron muchas bendiciones desde el cielo. Que les llueva amor y esperanza a todos ustedes. Cordialmente.”. — **Tony F., Región del pacífico**

Encontrando la paz interior

“Permítanme comenzar diciéndoles Feliz Año Nuevo “Me llamo Heather. Actualmente me encuentro en una cárcel de Missouri. Déjenme contarles algo sobre mí. Tengo 44 años. Comencé a beber y a drogarme a los 13 años. He tenido un estilo de vida muy caótico, lleno de alcohol, drogas y actividades delictivas. Perdí a mis hijos, el empleo, la casa, autos, cualquier cosa que alguna vez tuve. Perdí la autoestima. Esta es mi sexta vez en prisión. Estoy haciendo un tratamiento a largo plazo y mi fecha prevista de libertad es el 25 de agosto de 2022. Durante los cuatro meses que he estado en este tratamiento, comencé a amarme. Ya no veo mis errores pasados como fracasos, los veo como peldaños para llegar a donde necesito ir. Leer el Libro Grande de A.A. me ha ayudado muchísimo. Ahora me doy cuenta de que cuando comencé a amarme y a respetarme, otras cosas comenzaron a acomodarse. Si bien estoy en prisión físicamente, estoy en paz conmigo. Es un sentimiento asombroso”. — **Heather F., Región del oeste central**

“Les estoy escribiendo desde una celda de Missouri. Soy alcohólico, ahora sobrio desde el 2 de septiembre de 2021. Agradezco estar sobrio y tener una copia del Libro Grande que leo diariamente. Ha sido como un salvavidas que evitó que me ahogara. Tampoco tengo ninguna capacidad de comunicarme con las oficinas locales de A.A. Les escribo a ustedes, en New York, cómo se solía hacer en el pasado. Aún no he hecho el trabajo de los Pasos con un padrino; pero he incorporado los principios a mi vida cotidiana, en particular la plegaria y la meditación. Hablo sobre el programa con cualquiera que esté

dispuesto a escuchar. He trabajado el Tercer Paso (rezar la oración a diario) e hice un pequeño inventario de mis defectos más terribles; los compartí con un hombre de acá. Estoy dispuesto a hacer amigos. Tuve una experiencia espiritual. Hice esto para seguir las instrucciones claras del libro. Como resultado, me siento más parte de A.A. que antes, más dispuesto a ser honesto y con voluntad para hacer cualquier cosa por mantenerme sobrio". — **Jason B., Región suroeste**

"Si nosotros, como servidores de la vida, nos tomáramos solo un momento de nuestro tiempo para decir las cosas más cordiales a una persona y llegar hasta su corazón, de qué forma maravillosa le cambiaría eso el día a la persona. Lo hermoso de las rosas es que las hay en una variedad de colores. Y cada una tiene un significado diferente, lo que demuestra lo valiosas que son. No me cabe duda de que estoy por experimentar el valor de la verdadera lealtad. En este 2022, he abierto mi corazón con muchos pensamientos poéticos para contribuir a iluminar la coordinación de varias flores. He creado una obra de arte llamada "El valor de escuchar". El mensaje es realmente simple. Las personas escuchan, pero no se toman el tiempo de escuchar activamente. Compartan esto con sus colegas y amigos, incluso con sus familiares. Al igual que cualquier otra obra de arte, esta requiere interés. ¿Cómo puedes establecer relaciones en el trabajo, en el hogar o personales si no puedes entender su valor? Por favor, tómense un momento y escuchen lo que las personas realmente manifiestan desde el corazón. En eso me enfoco en este 2022. Respetuosamente". — **Kenny H., Región noreste**

Servicio de Correspondencia de Correccionales

Este servicio se dirige a los alcohólicos encarcelados a quienes les queda por lo menos seis meses de condena. Emparejamos al azar un A.A. encarcelado con uno libre de otra región. Los hombres les escriben a los hombres y las mujeres a las mujeres. No proporcionamos cartas de referencia a juntas de libertad condicional, abogados o funcionarios judiciales. No nombramos padrinos. Sin embargo, una vez que tú te pongas en contacto con nosotros, un miembro de A.A. de afuera puede que esté dispuesto a apadrinarte. Si te interesa compartir tus experiencias en cuanto a la sobriedad y los problemas con la bebida, escríbenos y pide un formulario. Apreciamos tu paciencia.

Contacto de prepuesta en libertad

Este servicio se dirige a los alcohólicos encarcelados que van a salir en libertad en un plazo de tres a seis meses. No asignamos padrinos. Sin embargo, una vez hayas pasado de A.A. en prisión a A.A. "afuera de los muros", puede haber alguien dispuesto a apadrinarte. Tratamos de conseguir alguien en A.A. en tu comunidad que te escriba temporalmente justo antes de que te pongan en libertad. Puedes pedir un formulario o escribirnos pasándonos la información de la fecha de tu puesta en libertad y tu destino (dirección, ciudad, estado, número telefónico).

Si has recibido esta publicación y quisieras que un miembro de A.A. te escriba y comparta su experiencia, fortaleza y esperanza contigo, por favor completa y envía por correo el formulario adjunto.